Darśana-upaniṣad

(Învățătura despre doctrina [Yoga])

Text însoțit de comentariile:
Vyākhyā de Upaniṣadbrahmayogin &
Tātparya-dīpikā de Mādhavācārya (Vidyāraṇya)

Tălmăcire din sanskrită de
Vlad Șovărel

București
20 mai 2026

Darśana-upaniṣad

हरिः ॐ[1]

ॐ आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक्प्राणश्चक्षुः श्रोत्रमथो बलमिन्द्रियाणि च सर्वाणि। सर्वं ब्रह्मोपनिषदम्[2]। माहं ब्रह्म निराकुर्याम्। मा मा ब्रह्म निराकरोत्। अनिराकरणमस्त्वनिराकरणं मेऽस्तु। तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु धर्मास्ते मयि सन्तु। ते मयि सन्तु॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः॥

Hari oṂ

Fie ca ale mele membre, cuvânt, suflu, ochi, ureche, putere și toate simțurile să fie viguroase!

Totul este *bráhman*, cel din învățătură (*upaniṣad*).

Fie ca eu să nu-l respîng pe *bráhman*!

Fie ca *bráhman* să nu mă respingă pe mine!

Fie ca să nu existe uitare – fie ca eu să nu uit!

Fie ca virtuțile învățăturilor (*upaniṣad*) să fie în mine – cel devotat întru sine (*ātman*)!

Fie ca acestea să fie în mine!

oṂ! Pace, pace, pace.[2]

---

[2] ब्रह्मोपनिषदम्॥

---

1 *SV*, *ChU* & *KU*.

2 *V. ĪU.* Întreita „pace” este pentru îndepărtarea celor trei obstacole/suferințe: cele auto-provocate (*ādhyātmika*), cele provocate de alte ființe (*ādhibhautika*) & cele provocate de zei/destin (*ādhidaivika*).

Capitolul 1

जीवन्मुक्तिसाधनमष्टाङ्गयोगः
Aṣṭāṅga-yoga – cauza eficientă a izbăvirii în timpul vieții (*jīvanmukti*)

दत्तात्रेयो महायोगी भगवान्भूतभावनः।
चतुर्भुजो महाविष्णुर्योगसाम्राज्यदीक्षितः॥१॥

1. Venerabilul Dattātreya este marele yogin,
Binefăcătorul [tuturor] creaturilor,
Mahāviṣṇu – cel cu patru brațe –
Consacrat ca suveran universal întru Yoga.

तस्य शिष्यो मुनिवरः सांकृतिर्नाम भक्तिमान्।
पप्रच्छ गुरुमेकान्ते प्राञ्जलिर्विनयान्वितः॥२॥

2. Smeritul său discipol pe nume Sāṁkṛti,
Cel mai bun dintre asceți și întru totul devotat,
Cu palmele deschise [unite] în semn de respect,
L-a întrebat în taină pe maestru (*guru*):

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यमाद्यष्टाङ्गयोगेद्धैः[१] ब्रह्ममात्रप्रबोधतः। योगिनो यत्पदं यान्ति तत्कैवल्यपदं भजे। इह खलु सामवेदप्रविभक्तेयं दर्शनोपनिषन्निर्विशेषब्रह्मज्ञानसहकृतयमाद्यष्टाङ्गयोगप्रकटनव्यग्रा निष्प्रतियोगिकब्रह्ममात्रपर्यवसन्ना विजृम्भते। अस्याः स्वल्पग्रन्थतो विवरणमारभ्यते। सांकृतिदत्तात्रेयप्रश्नप्रतिवचनरूपेयमाख्यायिका विद्यास्तुत्यर्था। आख्यायिकामवतारयति – दत्तात्रेय इति॥

Upaniṣadbrahmayogin —

> Starea pe care o dobândesc yoginii –
> Strălucire a octuplei (*aṣṭāṅga*) Yoga, [*i.e.*] regulile obligatorii (*yama*) etc.,
> Care se manifestă doar din *bráhman* –
> Este ștarea de singularitate (*kaivalya*)[1] pe care o venerez.

Aici cu adevărat este expusă „Învățătura (*upaniṣad*) despre doctrina (*darśana*) [Yoga]" ce face parte din *Sāma-veda* și care dezvoltă în principal aducerea la lumină a octuplei (*aṣṭāṅga*) Yoga – împreună cu regulile obligatorii (*yama*) etc. – și care reprezintă cunoașterea (*jñāna*) întru *bráhman* fără de caracteristici (*nirviśeṣa*), ștabilire deplină în *bráhman* fără de substrat/corespondent (*niṣpratiyogika*). [Pe baza] acestui mic tratat începe comentariul (*vivaraṇa*). Această scurtă narațiune sub forma întrebărilor și răspunsurilor dintre Sāṁkṛti și Dattātreya are scopul de a elogia știința (*vidyā*) [Yoga].

‹Dattātreya›: „întrupează" [această] scurtă narațiune.

---

[१] योगे(द्ध/न्द्र)॥

---

1 Termenul *kaivalya* apare în contextul tradițiilor dualiste Sāṁkhya al căror scop ultim este eliberarea „Spiritului" (*puruṣa*) din identificarea cu „natura" (*prakṛti*), singura cale de ieșire definitivă din întreita suferință (*duḥkha*). Această eliberare este, în aceste tradiții, o rămânere în propria sa natură a „Spiritului", o izolare față de „natură", o ștare de singularitate (*kaivalya*).

भगवन्ब्रूहि मे योगं साष्टाङ्गं सप्रपञ्चकम्।
येन [1]विज्ञातमात्रेण जीवन्मुक्तो भवाम्यहम्॥३॥

3. — Venerabile! Dezvăluie-mi îndeaproape Yoga
Cea împărțită în opt (*aṣṭāṅga*),
Căci eu doar prin această înțelegere (*vijñāta*)[1]
Să devin izbăvit în timpul vieții (*jīvanmukta*) [vreau].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — किमिति। भगवन्नित्यादि॥

Upaniṣadbrahmayogin — De ce? ‹Venerabile!› etc.

अष्टाङ्गोद्देशः

Enumerarea celor opt părți (*aṣṭāṅga*)

सांकृते श्रुणु वक्ष्यामि योगं साष्टाङ्गदर्शनम्[2]।
यमश्च नियमश्चैव तथैवाऽऽसनमेव च॥४॥

4. — Sāṁkṛti, ascultă! [Acum][2] voi relata
Doctrina (*darśana*) [Yoga care are] opt părți (*aṣṭāṅga*):
Regulile obligatorii (*yama*) și regulile conjuncturale (*niyama*),
Iar apoi postura (*āsana*),

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — सांकृतिना एवं पृष्टो भगवानाह – सांकृति इति। अष्टाङ्गानि कानीत्यत आह – यमश्चेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Sāṁkṛti›: Spune că venerabilul (*bhagavat*) a fost întrebat de către Sāṁkṛti.

‹Regulile obligatorii (*yama*) și›: Spune care sunt cele opt părți (*aṣṭāṅga*) [Yoga].

प्राणायामस्तथा [3]ब्रह्मन्प्रत्याहारस्ततः परम्[4]।
धारणा च तथा ध्यानं समाधिश्चाष्टमं[5] मुने॥५॥

5. O, *brahmán*-ule! Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*),
Apoi, după aceea, retragerea (*pratyāhāra*) [instrumentelor de cunoaștere[3]],
O, înțeleptule! Concentrarea (*dhāraṇā*), meditația (*dhyāna*),
Iar cea de a opta este contemplarea (*samādhi*).

विद्यारण्य — यत उक्तनाडीशोधनसापेक्षाणि यमादीन्यष्टौ योगाङ्गान्यतस्तदनन्तरं तदभिधानमिति प्रतिजानीते – अथात इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.1-2) — ‹Acum›: introduce din acest moment descrierea celor opt părți/aspecte ale [sistemului] Yoga – regulile obligatorii (*yama*) etc. – având în vedere purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) care a fost descrisă anterior[4].

[1]विज्ञान०॥ [2]अथातः संप्रवक्ष्यामि तवाष्टाङ्गानि सुव्रत॥ [3]विप्र॥ [4]परः॥ [5]अष्टमः॥

1 Var. *n.* १: „cunoaștere/doctrină (*vijñāna*)”.

2 *V. n.* २.

3 Instrumentele de cunoaștere (*jñāna-indriya*): mintea (*manas*) și cele cinci simțuri – auditiv (*śrotra*), tactil (*tvac*), vizual (*cakṣus*), gustativ (*rasana*) și olfactiv (*ghrāṇa*).

4 Adică *SūS* xii, aici §iv, p. 35.

दशविधयमः

Cele zece categorii de reguli obligatorii (*yama*)[1]

अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं दयाऽऽर्जवम्।
क्षमा धृतिर्मिताहारः शौचं चैव[१] यमा दश॥६॥

6. Cele zece reguli obligatorii (*yama*): ne-vătămarea (*ahiṁsā*), adevărul (*satya*), Ne-furtul (*aśteya*), castitatea (*brahmacarya*), compasiunea (*dayā*), Dreapta purtare (*ārjava*), calmul (*kṣamā*), hotărârea (*dhṛti*), Moderația în alimentație (*mitāhāra*) și puritatea (*śauca*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — दशधा भिन्नयमावयवमाह – अहिंसेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Ne-vătămarea (*ahiṁsā*)›: Spune cele zece categorii – componentele în care sunt împărțite regulile obligatorii (*yama*).

विद्यारण्य — उद्देशक्रमेण यमस्य लक्षणमाह – अहिंसेत्यादि॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.3) — ‹Ne-vătămarea (*ahiṁsā*)›: Spune despre caracteristicile (*lakṣaṇa*) regulilor obligatorii (*yama*) prin metoda exemplificării (*uddeśa-krama*).

अहिंसा

Ne-vătămarea (*ahiṁsā*)[2]

वेदोक्तेन प्रकारेण विना सत्यं तपोधन।
कायेन मनसा वाचा हिंसाऽहिंसा[२] न चान्यथा॥७॥

7. O, [tu cel] bogat în austerități (*tapas*)! Calea menționată în *Veda* este: Absența cu adevărat a vătămării (*hiṁsā*) [manifestată] Prin trup/faptă (*kāya*), prin voce/cuvânt (*vāc*) și prin minte/gând (*manas*) Este ne-vătămarea (*ahiṁsā*), și nicidecum altfel.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — उपायोपेयभेदेनाऽहिंसादिदशयमलक्षणमाह – वेदेति। वेदोक्तयज्ञीयपश्वादिहिंसा अहिंसैवेत्यर्थः॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹*Veda*›: Spune că definirea clară (*lakṣaṇa*) a celor zece reguli obligatorii (*yama*) începând cu ne-vătămarea (*ahiṁsā*) este prin deosebirea dintre mijloace (*upāya*) și scop (*upeya*), adică vătămarea (*hiṁsā*) animalelor (*paśu*) etc. – recomandate în *Veda* pentru jertfire (*yajñīya*) – este înțeleasă ca fiind cu adevărat ne-vătămare (*ahiṁsā*).[3]

विद्यारण्य — न हिंस्यात्सर्वा भूतानीति निषेधः स रागनिबन्धनाया एव हिंसायाः। अतोऽग्नीषोमीयं पशुमालभेत इति विधिनिबन्धना हिंसा न निषिध्यत इत्याह – वेदोक्तेनेति। अग्नीषोमीयस्य हि सोमयागाङ्गत्वात्तद्धिंसा विधिनिबन्धना। श्येनेनाभिचरन्यजेत इत्यत्रापि श्येनयागाङ्गभूतपशुहिंसा विधिनिबन्धनैव न निषिध्यते। या तु तेनाभिचारयोगेन शत्रुवधात्मिका हिंसा सा द्वेषनिबन्धनैवेति विध्यसंस्पर्शान्निषिध्यते। [३]शारीरहिंसाया एव हिंसात्वं न पुनर्वाचिकमानसयोरिति[४] भ्रमनिरासाय तद्भेदानाह – कायेनेति। साऽप्येकैका त्रिविधा। स्वयं कृताऽन्येन कारिता क्रियमाणा केवलमनुमोदिता चेति नवधा। तत्राप्येकैका त्रिविधा। लोभमूला क्रोधमूलाऽज्ञानमूला चेति सप्तविंशतिधा। साऽप्येकैका

[१]चेव। चेति। त्वेते॥ [२]हिंसा हिंसा॥ [३]शरीर०॥ [४]०मानसिकयोरिति॥

1 *Cf. DbP* vii.35.2-10, *Hyp* i.55, *Mdś* x.10.63, *MP* xli.16, *ŚU* i.1.1-14, *TśbU* 32-33, *VU* v.12-13, *Vm* 7, *Ym* ii.30, *YS* ii.30-31 & *YyS* i.50-51.

2 *Cf. MBh* xiii.117.37-41, *Ym* ii.31, *YS* ii.35 & *Yyv* i.52.

3 V. Introducere, p. ??.

त्रिविधा। मृदुमात्रा मध्यमात्राऽधिकमात्रा चेत्येकाशीतिर्हि हिंसाभेदा वितर्कनामानस्त्यक्तव्याः। तत्त्यागोपायश्च तेषां निरतिशयदुःखहेतवस्तत्त्वज्ञानप्रतिबन्धकाश्चेति प्रणिधानम्। एतच्च सत्यवचनादिवितर्कान्तरेष्वपि द्रष्टव्यम्। तदुक्तं योगशास्त्रे – वितर्कबाधने प्रतिपक्षभावनं वितर्का हिंसादयः कृतकारितानुमोदिता लोभक्रोधमोहपूर्वका मृदुमध्याधिमात्रा[१] दुःखाज्ञानानन्तफला इति प्रतिपक्षभावनमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.4) — Această interdicție „nu trebuie să rănească nici o făptură”[1] [se referă la] vătămările (*hiṁsā*) ce au drept cauză atracția/patima (*rāga*).

‹Menționată în *Veda*›: ştpune că acea vătămare (*hiṁsā*) coform prescripției sacre nu trebuie să fie interzisă – de aceea „animalul sacru pentru Agni & Soma trebuie sacrificat”[2]. Acea vătămare (*hiṁsā*) conform prescripției sacre ca parte componentă a sacrificiului lui Soma [aparține], desigur, [de ritualul pentru] Agni & Soma:

> [Jertfitorul,] practicând magia [împotriva adversarului,]
> Trebuie să sacrifice/venereze printr-un [altar sub formă de] vultur (*śyena*) [...][3]

– aici vătămarea (*hiṁsā*) animalului potrivit, ca parte a „sacrificiului vulturului” (*śyena*) și conform prescripției sacre, desigur, nu este interzisă. Acea vătămare (*hiṁsā*) ce constă în uciderea adversarului prin practicarea magiei, ce are drept cauză adversitatea/ura (*dveṣa*) – fiind pe deplin de ne-atins conform prescripțiilor sacre – este interzisă.

‹Prin trup/faptă (*kāya*)›: ştpune că diviziunile acesteia sunt ştpre îndepărtarea confuziei (*bhrama*), cum că

> ştarea de vătămare (*hiṁsātva*) este, desigur, prin vătămarea corporală (*śārīra*), dar nu este niciodată în cazul celor verbale (*vācika*) ori mentale (*mānasa*).

Această este, una câte una, desigur, de trei feluri: realizată prin sine, determinată prin altul și cea doar acceptată – [astfel sunt] cele nouă feluri. Aici, desigur, una câte una este de trei feluri: [are drept] cauză avariția (*lobha*), [are drept] cauză mânia (*krodha*), [are drept] cauză ne-cunoaşterea (*ajñāna*) etc. – [astfel sunt cele] 27 de feluri. Această este, una câte una, de trei feluri: slabă (*mṛdu*), medie (*madhya*) sau foarte puternică (*adhika*) – astfel sunt cele 81 de tipuri de vătămare (*hiṁsā*) enunțate [în urma] examinării (*vitarka*) și care trebuie abandonate. Iar calea/metoda acestor [yogini] de a renunța la aceste [vătămări] – cauze ale suferințelor (*duḥkha*) fără de egal ce împiedică cunoaşterea realului (*tattva-jñāna*) – este contemplarea (*praṇidhāna*). Iar această este de considerat/perceput (*draṣṭavya*), desigur, în cele interioare prin examinarea (*vitarka*) cuvântului corect (*satya*) etc.[4] Astfel a fost ştpus în scripturile Yoga:

> atunci când apare tulburarea examinării/raționamentului (*vitarka*), reflectarea (*bhāvana*) asupra celor contrare este remediul,[5] tulburări, precum vătămarea (*hiṁsā*) și altele, săvârşite, determinate sau doar acceptate,

[१] ०अधिकमात्रा॥

1 *Cf. ChU* viii.15.1 & *Śārīraka-bhāṣya* iii.1.25.
2 *TS* vi.1.11.4.
3 *ĀśS* xxii.4.13. Vulturul (*śyena*) duce mesajul către zei și aduce din ceruri *soma* pentru om.
4 *Cf. YS* ii.34.
5 *YS* ii.33.

fiind precedate de lăcomie (*lobha*), mânie (*krodha*) și confuzie (*moha*), putând fi slabe (*mṛdu*), medii (*madhya*) sau foarte puternice (*adhimātra*), rezultatele lor sunt o nesfârșită suferință (*duḥkha*) și ne-cunoaștere (*ajñāna*) – astfel, reflectarea (*bhāvana*) asupra celor contrare este remediul.[1]

आत्मा सर्वगतोऽच्छेद्यो न ग्राह्य[१] इति या[२] मतिः।
सा चाहिंसा वरा[३] प्रोक्ता मुने वेदान्तवेदिभिः॥८॥

8. O, înțeleptule! Suprema ne-vătămare (*ahiṁsā*) este Propovăduită de către cunoscătorii Vedântei ca fiind Noțiunea (*mati*) aceasta[2]: „Sinele (*ātman*) este atot-prezent (*sarvagata*), Ne-divizibil (*acchedya*) și de ne apucat (*na grahya*)[3]".

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यद्वा – आत्मेत्यादि॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Sinele (*ātman*)›: percepție/inteligență (*yadvā*).

विचारण्य — कायिकादिहिंसाया वर्जनमुक्त्वाऽऽत्महिंसाया वर्जनमाह – आत्मा सर्वगत इति। अच्छेद्योऽयमदाह्योऽयमक्लेद्योऽशोष्य एव च। नित्यः सर्वगतः स्थाणुरचलोऽयं सनातनः इति। उक्तस्याऽऽत्मस्वरूपस्याऽज्ञानमात्महिंसा। यदाहुः – योऽन्यथा सन्तमात्मानमन्यथा प्रतिपद्यते। प्रायश्चित्तं न पश्यामि येन शुध्येत्स आत्महा इति। अतो ज्ञानेन तन्निरासः परमाऽहिंसेत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.5) — ‹Sinele (*ātman*) este atot-prezent (*sarvagata*)›: vorbind despre abandonarea/evitarea vătămării (*hiṁsā*) trupești (*kāyika*) etc., spune despre abandonarea/evitarea vătămării de sine (*ātma-hiṁsā*).

> Aceasta este ne-divizibil (*acchedya*), aceasta este ne-inflamabil (*adāhya*),
> Ne-solubil (*akledya*) și, desigur, de ne-uscat (*aśoṣya*),
> Aceasta este etern (*nitya*), atot-prezent (*sarvagata*), stabil (*sthāṇu*),
> Ne-clintit (*acala*) [și] continuu (*sanātana*).[4]

Vătămarea de sine (*ātma-hiṁsā*) este ne-cunoașterea (*ajñāna*) propriei naturi a sinelui (*ātman*) descrisă [anterior]. Astfel declară [scripturile]:

> Acela percepe/consideră în mod eronat sinele (*ātman*)
> Ca fiind diferit de ceea ce este.[5]
>
> Nu văd [să existe vreo] penitență (*prāyaścitta*)
> Prin care vătămătorul de sine (*ātmahan*) poate să se purifice.[6]

– de aceea îndepărtarea acesteia prin cunoaștere (*jñāna*) este suprema ne-vătămare (*ahiṁsā*) – astfel este înțelesul.

---

[१]अच्छेद्य अदाह्य॥ [२]मे॥ [३]परा॥

---

1 *YS* ii.34.
2 Var. *n.* २: „noțiunea (*mati*) mea".
3 Var. n. १: „și ne-inflamabil (*adāhya*)".
4 *BhG* ii.24
5 *MBh* i.68.26ab.
6 *AP* clxv.24ab.

सत्यम्
Adevărul (*satya*)[1]

चक्षुरादीन्द्रियैर्दृष्टं श्रुतं घ्रातं मुनीश्वर[1]।
तस्यैवोक्तिर्भवेत्सत्यं विप्र तन्नान्यथा[2] भवेत्॥९॥

9. O, domn al asceților! Adevărul (*satya*) este
Rostirea a ceea ce a fost văzut, auzit, mirosit [etc.]
Prin organe [de simț] precum ochiul (*cakṣus*) etc.
O, înțeleptule! Altă cale nu poate să existe.[2]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — उपायोपेयसत्यलक्षणं तु – चक्षुरित्यादि॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Ochiul (*cakṣus*)›: descrierea (*lakṣaṇa*) adevărului (*satya*) este, de asemenea, prin [deosebirea dintre] mijloace (*upāya*) și scop (*upeya*).

विद्यारण्य — अहिंसावत्सत्यमपि परमपरं चेति द्विविधम्। तत्रापरमाह – यत्त्वदुष्टेति। भ्रमदृष्टाभिधानं प्रमाणदृष्टस्यापि[3] रागादिभिरन्यथाभिधानं चासत्यमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.6) — Adevărul (*satya*), precum ne-vătămarea (*ahiṁsā*), este de două feluri: superior|inferior (*para*|*apara*).

‹Ne-corupte (*aduṣṭa*)›: aici este vorba despre [adevărul] inferior (*apara*). Vorbirea dintr-o percepție confuză (*bhrama-dṛṣṭa*), din [cauza] atracției/patimii (*rāga*) etc. asupra percepției corecte (*pramāṇa-dṛṣṭa*), este o mărturie falsă, un ne-adevăr (*asatya*) – astfel este înțelesul.

सर्वं सत्यं वरं[4] ब्रह्म न चान्यदिति या मतिः।
तच्च सत्यं वरं[5] प्रोक्तं वेदान्तज्ञानपारगैः[6] ॥१०॥

10. Noțiunea (*mati*) aceasta: „tot ceea ce există (*satya*)[3] este
Supremul *bráhman*, iar un altul nu mai există” –
Acesta este adevărul (*satya*) suprem
Propovăduit de către cei desăvârșiți întru cunoașterea Vedântei.

विद्यारण्य — परमं सत्यमाह – सर्वं सत्यमिति। सर्वं वस्तु ब्रह्मस्वरूपेणैवं सत्यं[7] पृथक्त्वेनासत्यमिति यज्ज्ञात्वाऽभिधानं तत्सत्यमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.7) — ‹Tot ceea ce există (*satya*)›: vorbește despre adevărul suprem (*parama-satya*). Desigur, prin propria natură a lui *bráhman* întreaga realitate (*vastu*) este reală/adevărată (*satya*), dar este ne-reală/ne-adevărată (*asatya*) prin starea de separare (*pṛthaktva*); cunoscând astfel, vorbirea este adevărată (*satya*) – astfel este înțelesul.

---

[1] यत्त्वदुष्टेन्द्रियैर्दृष्टं श्रुतं वेदविदां वर॥ [2] विप्र सत्यता नान्यथा॥ [3] ०दृश्यस्यापि॥ [4] परं॥ [5] तत्सत्यं परमम्॥ [6] ०भावितैः॥ [7] सम्यक्॥

---

1 *Cf. Ym* ii.31.

2 Var. *n.* 1: „O, [tu] cel mai bun dintre cunoscătorii *Vedelor*! // Ceea ce vede și aude prin simțurile necorupte (*aduṣṭa-indriya*) // Rostirea acesteia trebuie să fie, desigur, adevărul (*satya*). // O, înțeleptule! Altă cale nu poate să existe.”

3 Var.: „întregul adevăr (*satya*)”.

अस्तेयम्
Ne-furtul (*aśteya*)[1]

अन्यदीये तृणे रत्ने काञ्चने मौक्तिकेऽपि च[2] ।
मनसा विनिवृत्तिर्या[2] तदस्तेयं विदुर्बुधाः ॥ ११ ॥

11. Înțelepții cunosc acest ne-furt (*aśteya*)
Ca fiind renunțarea mentală (*manas*) [la orișice] atunci când aparține altuia,
Un fir de iarbă (*tṛṇa*), o piatră prețioasă (*ratna*) ori aur (*kāñcana*),
Până la dorința izbăvirii finale (*mauktika*).

विद्यारण्य — अस्तेयमपि द्विविधम्। तत्राऽऽद्यमाह – अन्यदीय इति। मृदुमध्याधिकमात्रा इत्युक्तभेदोपलक्षणत्वेन तृणादि-विभागकथनम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.8) — Ne-furtul (*aśteya*) este, de asemenea, de două feluri (*i.e.* superior|inferior).

‹Atunci când aparțin altuia›: aici este vorba despre cel dintâi. Prin observarea categoriilor, descrise ca fiind de [trei] feluri – slabe (*mṛdu*), medii (*madhya*) sau foarte puternice (*adhika*) – [se face] expunerea aspectelor „iarbă (*tṛṇa*)" etc.

[3]आत्मन्यनात्मभावेन व्यवहारविवर्जितम्[4] ।
यत्तदस्तेयमित्युक्तमात्मविद्भिर्महामुने[5] ॥ १२ ॥

12. O, mare înțelept! „Ne-furtul (*aśteya*) este
Acea abandonare pe deplin a practicii comune [oamenilor]
De a nega existența sinelui (*ātman*) în [propriul] sine/trup (*ātman*)"[2] –
Astfel este enunțat [ne-furtul] de către cunoscătorii sinelui (*ātman*).

विद्यारण्य — द्वितीयमस्तेयमाह – आत्मन इति। अनात्मा देहेन्द्रियादिस्तद्रूपतयैवाऽऽत्मनो यत्परिज्ञानं स आत्मापहारः। योऽन्यथा सन्तमात्मानमन्यथा प्रतिपद्यते। किं तेन न कृतं पापं चौरेणाऽऽत्मापहारिणा इत्युक्तम्। तद्विवर्जनं देहेन्द्रियादिव्यतिरिक्तात्मानुसंधानं परममस्तेयमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.9) — ‹[Propriul] sine/trup (*ātman*)›: spune despre cel de-al doilea fel de ne-furt (*aśteya*). Percepția/experiența sinelui (*ātman*) ca fiind alcătuit din trup (*deha*), simțuri (*indriya*) etc. – *i.e.* [ca fiind] ne-sine (*anātman*) – este negarea/ascunderea sinelui (*ātman*). A fost spus:

> Acela care percepe/consideră în mod eronat sinele (*ātman*)
> Ca fiind diferit de ceea ce este –
> Ce păcat (*pāpa*) nu este comis
> De către acel hoț ce se fură pe sine?[3]

Abandonarea pe deplin a acesteia – investigare a sinelui (*ātman*) ca fiind diferit de trup (*deha*), simțuri (*indriya*) etc. – este suprema ne-furare (*aśteya*) – astfel este înțelesul.

[1]वा ॥ [2]अपि निवृत्तिर्या ॥ [3]आत्मनः ॥ [4]ह्यपहारविवर्जनम् ॥ [5]महामते। महात्मभिः ॥

1 *Cf. Ym* ii.31.

2 Var. *n.* ३ & ४: „Abandonarea pe deplin a negării [sinelui (*ātman*) care este] prin atitudinea/starea de ne-sine (*anātman*) a sinelui (*ātman*)".

3 *MBh* 1.68.26, v.42.35 & *PP* 1.18.400.

ब्रह्मचर्यम्
Castitatea (*brahmacarya*)[1]

कायेन वाचा मनसा स्त्रीणां परिविवर्जनम्[१]।
ऋतौ भार्यां तदा स्वस्य[२] ब्रह्मचर्यं तदुच्यते।
ब्रह्मभावे मनश्चारं ब्रह्मचर्यं परन्तप[३] ॥ १३ ॥

13. Evitarea pe deplin a femeilor (*strī*),
Chiar și a propriei soții[2] atunci când se află în perioada menstruală (*ṛtu*),[3]
Cu trupul (*kāya*), cu vocea (*vāc*) ori cu mintea (*manas*) –
Aceasta se spune că este castitatea (*brahmacarya*).
Mare ascet! Castitatea (*brahmacarya*) este[4]
Demersul minții (*manas*) în ființa lui *bráhman*.

विद्यारण्य — अपरं ब्रह्मचर्यमाह – कायेनेति। अनुरागपुरःसराणि नारीणां स्पर्शभाषणचिन्तनान्यब्रह्मचर्यम्। उक्तं हि – स्मरणं कीर्तनं केलिः प्रेक्षणं गुह्यभाषणम्। संकल्पोऽध्यवसायश्च क्रियानिर्वृत्तिरेव च॥ एतन्मैथुनमष्टाङ्गं प्रवदन्ति मनीषिणः[४]। विपरीतं ब्रह्मचर्यमिति। ऋतौ स्वभार्याऽसेवा तु ब्रह्मचर्यमेव। ऋताविति विहितकालोपलक्षणम्। श्रूयते हि – प्राणं[५] वा एते प्रस्कन्दन्ति ये दिवा रत्या संयुज्यन्ते। ब्रह्मचर्यमेव तद्यद्रात्रौ रत्या संयुज्यते इति। ब्रह्मभाव इति। ब्रह्मात्मैकत्वे मनसश्चरणं ब्रह्मचर्यम्। श्रूयते हि – येषां तपो ब्रह्मचर्यं येषु सत्यं प्रतिष्ठितम्। तेषामसौ विरजो ब्रह्मलोको न येषु जिह्ममनृतं न माया चेति। अत्र परमपरं ब्रह्मचर्यं विवक्षितम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.10-11ab) — ‹Cu trupul (*kāya*)›: discută despre castitatea (*brahmacarya*) [de rang] inferior. Ne-castitatea (*abrahmacarya*) este atingerea femeilor, vorba [cu aceștea] ori gândul [la aceștea] – acompaniate de pasiune. A fost spus, de asemenea:

> Amintirea, menționarea, jocul [amoros], privitul, conversația privată, dorința, strădania [obținerii] și finalizarea acțiunii – acestea sunt cele opt părți ale actului sexual (*maithuna*) descrise de către înțelepți (*muni*), fiind contrar castității.[5]

Castitate (*brahmacarya*) este, desigur, și „ne-vizitarea” propriei soții atunci când este în perioada menstruală.

‹În perioada menstruală›: observarea perioadei (*kāla*) prescrise[6]. Este auzită și:

> [Cu adevărat ziua și noaptea sunt Prajāpati; a sa zi este, desigur, suflul/viața (*prāṇa*), iar noapte este materia/hrana (*rayi*);] cu adevărat aceștia irosesc suflul/viața (*prāṇa*) prin împreunare ziua; dar cu adevărat castitatea (*brahmacarya*) este prin împreunarea lor noaptea.[7]

[१] मनसा वाचा नारीणां परिवर्जनम्॥ [२] तस्य। ऋतुसेवां विना स्वस्याम्॥ [३] परं तथा॥ [४] विचक्षणाः॥ [५] प्राणा॥

1 *Cf. Ym* ii.31.
2 Var. *n.* २: „Și a soției lui”.
3 Var. *n.* २: „Fără «vizitarea» propriei [soții aflată] în perioada menstruală”.
4 Var. *n.* ३: „Astfel, suprema castitate (*brahmacarya*) este”.
5 *Ds* vii.31-32.
6 Var.: „observarea perioadei nepotrivite”.
7 *PU* i.13.

‹Ființa lui *bráhman*›: castitatea (*brahmacarya*) este demersul minții (*manas*) în starea de identitate a sinelui (*ātman*) cu *bráhman*. Este auzită și:

> ... celor ce au asceză (*tapas*) și castitate (*brahmacarya*) – în care adevărul (*satya*) este prestabilit – a lor este această neprihănită lume a lui Brahmā, în care nu există strâmbătate (*jihma*), ne-adevăr (*anṛta*) și nici iluzie (*māyā*).[1]

Aici a fost avută în vedere atât castitatea (*brahmacarya*) [de rang] superior și cât și cea [de rang] inferior.

दया

Compasiunea (*dayā*)

[१]स्वात्मवत्सर्वभूतेषु कायेन मनसा गिरा।
अनुज्ञा या[२] दया सैव प्रोक्ता वेदान्तवेदिभिः॥१४॥

14. „[Să trateze] toate ființele ca pe sine însuși (*svātmavat*)[2]
Cu trupul (*kāya*), cu vocea (*gir*) ori cu mintea (*manas*)"[3] –
Această prescripție[4] este cu adevărat compasiunea (*dayā*),
Astfel este propovăduită de către cunoscătorii Vedāntei.

विद्यारण्य — आत्मवदिति। अनुकम्पा रक्षाभिमुखी बुद्धिः। यदुक्तमागमे – रोगार्तस्य रिपोर्वाऽपि मित्रस्यान्यस्य वा पुनः। तद्रक्षाभिमुखी बुद्धिर्दयैषा भाषिता बुधैः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.11cd-12ab) — ‹Ca pe sine (*ātmavat*)›: afabilitatea (*anukampā*) este intelectul/atenția (*buddhi*) îndreptată spre protejare (*rakṣā*)[5]. Astfel a fost spus în scripturi (*āgama*):

> Celui ce suferă de boală sau din cauza dușmanului,
> Prietenului sau al oricărui altcuiva –
> Compasiunea (*dayā*) a fost descrisă de către înțelepți
> Ca fiind atenția (*buddhi*) îndreptată spre protejarea (*rakṣā*) acestuia.

आरजवम्

Dreapta purtare (*ārjava*)

पुत्रे मित्रे कलत्रे च रिपौ स्वात्मनि संततम्।
एकरूपं[३] मुने[४] यत्तदार्जवं प्रोच्यते मया॥१५॥

15. Fiul, prietenul, soția, dușmanul și propriul sine (*svātman*)
Să fie [percepuți][6] întotdeauna ca fiind o singură natură (*rūpa*)
O, înțeleptule! Astfel este descrisă de către mine
Această dreaptă purtare (*ārjava*).

[१]आत्म॥ [२]अनुकम्पा॥ [३]ऐकरूप्यम्। ऐक्यरूपम्॥ [४]मनः॥

1 *PU* 1.15-16.
2 Var. n. १: „ca pe sine (*ātmavat*)".
3 *Cf. Svss* 111cd-112ab.
4 Var. *n.* २: „Această afabilitate (*anukampā*)".
5 Var.: „spre zeitatea tutelară (*rakṣā*)".
6 *V. n.* ४.

विद्यारण्य — पुत्रे मित्र इति। तदुक्तं गीतासु – सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु। साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIII.12cd) — ‹Fiul, prietenul›: astfel a fost menționat în *Gītā*:

9. Aflat între binevoitori (*suhṛt*), prieteni (*mitra*), dușmani (*ari*),
Cei detașați (*udāsīna*), neutri (*madhyastha*), oameni de ocară (*dveṣya*),
Rude (*bandhu*), virtuoși (*sādhu*) sau păcătoși (*pāpa*) –
Cel deopotrivă în spirit (*samabuddhi*) se deosebește [de ceilalți oameni].[1]

क्षमा
Calmul (*kṣamā*)

कायेन मनसा वाचा शत्रुभिः परिपीडिते।
[१]बुद्धिक्षोभनिवृत्तिर्या क्षमा सा मुनिपुंगव॥ १६॥

16. O, întâi-stătătorule între asceți!
Atunci când [yoginul] este încolțit de către dușmani
Cu trupul (*kāya*), cu vocea (*vāc*) ori cu mintea (*manas*),
Dispariția agitației intelectului (*buddhi*) este calmul (*kṣamā*).

विद्यारण्य — कायेनेति। त्रिभिरपि करणैः पीडने चित्तविक्षेपविरहः क्षमा॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIII.13) — ‹Cu trupul (*kāya*)›: calmul (*kṣamā*) este absența agitației/împrăștierii psihicului (*citta*) atunci când este presat prin cele trei instrumente.

धृतिः
Hotărârea (*dhṛti*)

वेदादेव विनिर्मोक्षः संसारस्य न चान्यथा।
इति विज्ञाननिष्पत्तिर्धृतिः[२] प्रोक्ता हि वैदिकैः।
अहमात्मा न [३]चान्योऽस्मीत्येवमप्रच्युता मतिः।
[या सा प्रोक्ता धृतिः श्रेष्ठा मुने वेदान्तवेदिभिः[४]]॥ १७॥

17. „Deplina mântuire din *saṁsāra*
Cu adevărat din *Veda* apare, iar altă cale nu există” –
Hotărârea (*dhṛti*) este împlinirea[2] acestei cunoașteri (*vijñāna*),
Astfel fiind propovăduită de către cunoscătorii *Vedelor*.
Sau, este neclintita convingere (*mati*) întru:
„Eu sunt sinele (*ātman*) și nimic altceva[3]” –
[O, înțeleptule! Această hotărâre (*dhṛti*) este
Descrisă de către cunoscătorii *Vedāntei* ca fiind cea dintâi.]

[१]चित्त०॥ [२]०निवृत्तिर्धृतिः॥ [३]मर्त्यः॥ [४](वे/वै)दैकवेदिभिः॥

1 *BhG* VI.9.
2 Var. *n.* २: „abandonarea/dispariția”.
3 Var. *n.* ३: „și nu un muritor/trup”.

विद्यारण्य — वेदादेवेति। वेदविप्लावकवचनेषु सत्स्वपि वेदविरुद्धधर्मपरिहारेण वैदिकधर्मेषु स्थैर्यमपरमा धृतिः। परमामाह – अहमात्मेति। उक्ता हि धृतिर्देहाद्विविक्तात्मविषयेति परमा धृतिः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.14-15) — ‹Cu adevărat din *Veda*›: hotărârea (*dhṛti*) [de rang] inferior este fermitatea în principiile/legile vedice (*vaidika-dharma*) prin evitarea principiilor/legilor (*dharma*) contrare *Vedelor* chiar și atunci când sunt afirmații/instrucțiuni ale celor care mărturisesc *Vedele*.

‹Eu sunt sinele (*ātman*)›: descrie [hotărârea de rang] superior. Hotărârea (*dhṛti*) [de rang] superior are drept obiect sinele (*ātman*) ca fiind diferit de trup – astfel a fost descrisă hotărârea (*dhṛti*).

मिताहारः

Alimentația cumpătată (*mitāhāra*)[1]

अल्पमृष्टाशनाभ्यां च चतुर्थांशावशेषकम्[1]।
[2]तस्माद्योगानुगुण्येन भोजनं मितभोजनम्॥ १८॥

18. Alimentația cumpătată (*mitāhāra*) este
Printr-o mâncare pură/plăcută (*mṛṣṭa*) și puțină,
[Astfel încât] cea de a patra parte [a stomacului] să rămână [goală] –
Aceasta este alimentația potrivit [învățăturilor] Yoga.[2]

विद्यारण्य — अल्पेति। अल्पाशने तु धातुसंक्षोभः। अधिकेऽजीर्णं निद्रालस्यादि वा। अतो मिताहारो योगामिति। उक्तं च – अन्नेन कुक्षेर्द्वावंशौ पाननैकं प्रपूरयेत्। प्राणसंचरणार्थं तु[3] चतुर्थमवशेषयेत्। गुरूणामर्धसौहित्यं लघूनां नाऽतितृप्तता[4] इत्यादि वैद्यशास्त्रोक्तं द्रष्टव्यम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.16) — ‹Puțină›: atunci când mâncarea este puțină apare tulburarea elementelor constitutive (*dhātu*). Atunci când este în abundență apare indigestia (*ajīrṇa*), somnul (*nidrā*), lipsa de energie (*ālasya*) etc. De aceea alimentația cumpătată (*mitāhāra*) este Yoga. Și a fost spun:

> Două părți din stomac cu hrană (*anna*) [solidă],
> O [parte] trebuie umplută cu lichid (*pāna*),
> A patra [parte] trebuie să rămână [goală],
> Desigur, pentru mișcarea suflului/aerului (*prāṇa*).[3]
>
> În cele grele satietatea jumătate,
> În cele ușoare nu până la supra-satietate.[4]

Etc. – astfel au fost descrise de către scripturile medicale (*vaidya-śāstra*) cele avute în vedere [aici].

[1] अल्पमिष्टाशनाभ्यां तु नास्ति योगः कथंचन॥ [2] यत्तत्॥ [3] आश्रयं पवनादीनां॥ [4] तृप्तिरिष्यते॥

1 *Cf. AV* ix.6.25, *BhG* vi.16, *ChU* vii.26.2, *GhS* v.16-32, *Hyp* i.56, *PhU* 36-37, *ŚU* i.1, *YcU* 43, *YkU* i.3-4 & *YjS* i.67.

2 Var. *n.* **?**: „Printr-o mâncare dulce (*miṣṭa*) și puțină // Nu poate fi Yoga în nici un fel – // Din acest motiv alimentația cumpătată // Este alimentația prin care este în acord/potrivită cu Yoga.”

3 *Ah, Sūtra-sthāna* viii.46cd & 47ab; *VdP* ii.56.113ab.

4 *Ah, Sūtra-sthāna* viii.2ab; *cf. Suśruta-saṁhitā* i.46.495ab; *BhpS* i.1.5.145ab.

शौचम्
Puritatea (*śauca*)[1]

स्वदेहमलनिर्मोक्षो मृज्जलाभ्यां महामुने।
यत्तच्छौचं भवेद्बाह्यं मानसं मननं विदुः।
अहं शुद्ध इति ज्ञानं शौचमाहुर्मनीषिणः[१] ॥ १९ ॥

19. O, mare înțelept! Acea puritate (*śauca*) care este prin
Îndepărtarea impurităților propriului trup
Cu [ajutorul] pământului și al apei
Este considerată de către înțelepți ca fiind exterioară minții (*manas*).
Puritatea (*śauca*) [interioară] a fost revelată de către învățători[2]
Ca fiind cunoașterea (*jñāna*) „eu sunt pur”[3].

विचारण्य — स्वदेहेति। शौचं तु द्विविधं प्रोक्तं बाह्यमाभ्यन्तरं तथा। मृज्जलाभ्यां [२]भवेद्बाह्यं [३]भावशुद्धिस्तथाऽऽन्तरम्। इति स्मरणात्। अहं शुद्ध इति। स्थानाद्बीजादुपष्टम्भान्निष्पन्दान्निधनादपि[४]। कायमाधेयशौचत्वात्पण्डिता ह्यशुचिं विदुः। अतस्तदविवेक एवाशौचं तद्विवेकज्ञानं शौचमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.17-18) — ‹Propriului trup›: astfel a fost menționat [în scripturi]:

> Puritatea (*śauca*) a fost proclamată ca fiind de două feluri
> Exterioară și interioară.
> Cea exterioară trebuie să fie cu ajutorul pământului și al apei,
> Iar cea interioară este puritatea inimii/stării (*bhāva*)[4].[5]

‹„Eu sunt pur”›:

> Din [cauza] locului (*sthāna*) [de apariție (*i.e. yoni*)],
> A seminței (*bīja*) [necesare (*i.e. śukra*)],
> A [necesității] suportului (*upaṣṭambha*) [vieții],
> A mișcării (*niṣpanda*)[6], a morții (*nidhana*)
> Și a stării de puritate care este atribuită trupului –
> Învățații (*paṇḍita*) îl cunosc ca fiind impur.[7]

De aceea ne-puritatea (*aśauca*) este ne-discernerea acestuia, iar puritatea (*śauca*) este cunoașterea cu discernământ (*viveka-jñāna*) a acestuia – astfel este înțelesul.

अत्यन्तमलिनो देहो देही चात्यन्तनिर्मलः।
उभयोरन्तरं ज्ञात्वा कस्य शौचं विधीयते॥ २० ॥

20. „Trupul (*deha*) este extrem de «pătat» (*malina*)”,
„Întrupatul (*dehin*) este extrem de fără de pată (*nirmala*)” –
Cunoscând ambele doar din lăuntru,
Cui îi este atribuită atunci puritatea (*śauca*)?

[१]वाञ्छन्ति पण्डिताः॥ [२]स्मृतम्॥ [३]मनः॥ [४]निःस्यन्दान्निधनादपि॥

1 *Cf. Ym* ii.33, *YS* ii.40 & *YyS* i.68.
2 Var. *n.* १: „Înțelepții (*paṇḍita*) susțin că puritatea (*śauca*) [interioară]”.
3 *V. Prauḍhānubhūti* 15.
4 Var. *n.* ३: „minții (*manas*)”.
5 *Ds* v.3; *GP* i.213.37; *YyS* i.68; *cf. Svss* 114.
6 Var. *n.* ४: „a transpirării (*niḥsyanda*)”.
7 *YS Vyāsa-bhāṣya* ii.5.

विद्यारण्य — विवेकज्ञानस्यैव शौचत्वे हेतुमाह – अत्यन्तमलिन इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIII.19) — ‹Extrem de «pătat» (*malina*)›: descrie cauza stării de puritate (*śaucatva*) care este, desigur, a cunoașterii cu discernământ (*viveka-jñāna*).

ज्ञानशौचं परित्यज्य बाह्ये यो रमते नरः।
स मूढः काञ्चनं त्यक्त्वा लोष्टं गृह्णाति सुव्रत॥२१॥

21. Acel om care se bucură [de puritatea] exterioară,
Abandonând puritatea cunoașterii (*jñāna-śauca*),
O, preavirtuosule! Acela este un nesăbuit (*mūḍha*),
Fiindcă lepădând aurul, alege rugina.

ब्रह्मात्मवेदनविधिः

Metoda perceperii sinelui (*ātman*) ca fiind *bráhman*

ज्ञानामृतेन तृप्तस्य[1] कृतकृत्यस्य योगिनः।
न चास्ति किंचित्कर्तव्यमस्ति[2] चेन्न स तत्त्ववित्॥२२॥

22. Pentru yoginul care și-a dus la bun sfârșit îndatoririle,
Fiind mulțumit (*tṛpta*)[1] doar cu nectarul cunoașterii (*jñāna-amṛta*),
Nu mai este nimic de împlinit,[2] căci dacă ar mai fi [ceva,
Ar însemna că] el nu este cunoscătorul realului (*tattvavit*).

लोकत्रयेऽपि कर्तव्यं किंचिन्नास्त्यात्मवेदिनाम्[3]।
[[4]इहैव जीवन्मुक्तास्त[5] इह चेदिति हि श्रुतिः]
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन मुनेऽहिंसादिसाधनैः।
आत्मानमक्षरं ब्रह्म विद्धि [6]ज्ञानात्तु वेदनात्[7]॥२३॥

23. Deoarece pentru cunoscătorii sinelui (*ātman*)
Nu mai există nimic de făcut în cele trei lumi –
[Precum scriptura (*śruti*): „dacă aici”[3] (*i.e.* în această viață) –
Devin aici cu adevărat eliberați în timpul vieții (*jīvanmukta*)].
O, înțeleptule! De aceea, cu toată atenția/străduania
Prin practicarea ne-vătămării (*ahiṁsā*) etc.,
Realizează din cunoașterea (*jñāna*) dobândită[4] că
Sinele (*ātman*) este ne-pieritorul (*akṣara*) *bráhman*!

---

[1]०अभ्यसैव शुद्धस्य॥ [2]कर्तव्यं नास्ति लोकेऽस्मिन्नस्ति॥ [3]०वेदिनः॥ [4]इव॥ [5]०मुक्तास्य॥ [6]ज्ञानात्म॥ [7]वेदजात्॥

---

1 Var. *n.* १: „Fiind purificat (*śuddha*)”.
2 Var. *n.* २: „Nu mai este nimic de împlinit în această lume (*loka*)”.
3 *KU* II.3.4 (VI.4) & *KeU* II.5.
4 Var. *n.* ६: „din perceperea/realizarea (*vedana*) sinelui (*ātman*) prin/din cunoaștere (*jñāna*)”.

विद्यारण्य — किंचिदिति। किमपि नास्ति। इहैव जीवन्मुक्तत्वे श्रुतिमुदाहरति – इह चेदिति। इहं चेदवेदीदथ सत्यमस्ति न चेदिहावेदीन्महती विनष्टिः इति तलवकारोपनिषदीत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiii.22) — ‹Nu mai există nimic›: nu există cu desăvârșire.

‹„Dacă aici”›: declară în scriptură despre starea de eliberat în timpul vieții (*jīvanmukta*) că este cu adevărat aici. *Talavakāra-upaniṣad* (*i.e. Kena-upaniṣad*):

> Dacă aici a cunoscut [sinele (*ātman*)],
> Atunci [sinele (*ātman*)] adevărat/real (*satya*) este;
> Dacă aici nu a cunoscut [sinele (*ātman*)],
> Atunci mare este pierderea (*vinaṣṭi*).[1]

– astfel este înțelesul.

इति दर्शनोपनिषत्सु प्रथमः खण्डः॥

Astfel a fost primul capitol din *Darśana-upaniṣad*

1 *KeU* ii.5.

Capitolul II

दशविधनियमः

Cele zece categorii de reguli conjuncturale (*niyama*)[1]

[अथातः संप्रवक्ष्यामि नियमान्मुनिसत्तम।]
तपः [1]संतोषमास्तिक्यं दानमीश्वरपूजनम्[2]।
सिद्धान्तश्रवणं चैव ह्रीर्मतिश्च जपो व्रतम्।
एते च नियमाः प्रोक्तास्तान्वक्ष्यामि क्रमाच्छृणु[3] ॥ १ ॥

1. [O, cel mai bun dintre înțelepți!
Acum voi expune pe deplin regulile conjuncturale (*niyama*):]
Asceza (*tapas*), mulțumirea (*saṁtoṣa*), afirmarea [credinței] (*āstikya*),
Dăruirea (*dāna*), adorarea Domnului (*īśvara-pūjana*),
Ascultarea [scripturilor] tradiției (*siddhānta-śravaṇa*), sfioșenia (*hrī*),
Credința (*mati*), rugăciunea (*japa*) și legământul (*vrata*) –
Aceștea sunt regulile conjuncturale (*niyama*) propovăduite [de tradiție].
Ascultă! pe aceștea le voi ștpune pe rând:[2]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — दशधा भिन्ननियमावयवानाह – तप इति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Asceza (*tapas*)›: ștpune cele zece categorii – componentele în care sunt împărțite regulile conjuncturale (*niyama*).

विद्यारण्य — यतो यमवन्नियमा अपि योगाङ्गमतस्तदनन्तरं तान्वक्तुं प्रतिजानीते – अथात इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiv.1) — ‹Acum›: deoarece regulile conjuncturale (*niyama*) sunt aidoma regulilor obligatorii (*yama*), considerate a fi părți componente (*aṅga*) ale [sistemului] Yoga, se angajează în a le expune după acelea.

तपः

Asceza (*tapas*)[3]

[तानहं क्रमशो वक्ष्ये शृणु श्रद्धापुरःसरम्।]
वेदोक्तेन प्रकारेण कृच्छ्रचान्द्रायणादिभिः।
शरीरशोषणं यत्तत्तप इत्युच्यते बुधैः ॥ २ ॥

2. [Eu voi descrie pe rând aceștea,
Ascultă cu credință (*śraddhā*)!]
Uscarea trupului prin metodele descrise în *Veda*,
Precum [penitențele] *kṛcchra*, *cāndrāyana* etc.,
Este aceasta asceză (*tapas*) –
Astfel este descrisă de către înțelepți.

[1]संतोषः ॥ [2]०रञ्जनम्॥ [3]प्रोक्ता योग(विद्भिर्महात्मभिः/शास्त्रविशारदैः)॥

1 *Cf. DbhP* vii.35.2-10, *Hyp* i.57, *MP* xli.17, *ŚU* i.2, *TbU* 29, *Vm* 8, *Ym* ii.32, *YS* ii.32 & *YyS* ii.1.
2 Var. *n*. ३: „Aceștea sunt regulile conjuncturale (*niyama*) propovăduite // De către sufletele mari (*mahātman*) cunoscătoare [ale sistemului] Yoga”. *Cf. Gvs* 78.
3 *Cf. BhG* xvii.14-19, *SP* i.237.11, *ŚU* i.2, *Ym* ii.33 & *YyS* ii.2.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — उपायोपेयभेदेन तपाअदिनियमलक्षणमाह – वेदेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹*Veda*›: Spune că definirea clară (*lakṣaṇa*) a regulilor conjuncturale (*niyama*), începând cu asceza (*tapas*), este prin deosebirea dintre mijloace (*upāya*) și scop (*upeya*).

विद्यारण्य — अपरं तप आह – वेदोक्तेनेति। कृच्छ्रचान्द्रायणादिस्वरूपं प्रागुक्तम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.3) — ‹Descrise în *Veda*›: Spune despre asceza (*tapas*) [de rang] inferior. Natura proprie a [penitențelor] *kṛcchra*, *cāndrāyana* etc. a fost descrisă anterior.

को वा[१] मोक्षः कथं केन[२] संसारं प्रतिपन्नवान्।
[३]इत्यालोकनमर्थज्ञास्तपः शंसन्ति पण्डिताः॥३॥

3. Sau[, din alt punct de vedere, este răspunsul la întrebările]:
„Ce este mântuirea (*mokṣa*)?”[1]
„Cum și de către cine este cucerită *saṁsāra*?”
Astfel declară învățații, reflectând asupra înțelesurilor cuvântului *tapas*.

विद्यारण्य — परमं तप आह – कोऽहमिति। उक्तं हि मनसश्चेन्द्रियाणां च [४]ऐकाग्र्यं परमं तपः। तज्ज्यायः[५] सर्वधर्मेभ्यः स धर्मः परमो मतः[६] इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.4) — ‹Cine sunt eu?›: Spune despre asceza (*tapas*) [de rang] superior. A fost spus:

Concentrarea minții (*manas*) și a instrumentelor (*indriya*)[2]
Este asceza (*tapas*) supremă.
Aceasta, fiind superioară tuturor îndatoririlor (*dharma*),
Este considerată îndatorirea (*dharma*) supremă.[3]

संतोषः

Mulțumirea (*saṁtoṣa*)[4]

यदृच्छालाभतो नित्यं प्रीतिर्या जायते नृणाम्।
[७]तत्संतोषं विदुः प्राज्ञाः परिज्ञानैकतत्पराः॥४॥

4. Constanta/eterna bucurie (*prīti*) a oamenilor
Apărută din ceea ce obțin în mod spontan
Este această mulțumire (*saṁtoṣa*) – astfel o cunosc învățații
Care se bizuie doar pe experiență/discernământ (*parijñāna*).

[१]अहम्॥ [२]तेन॥ [३]इत्यालोचनम्॥ [४]ह्यैक०॥ [५]तज्जयः। तेज्यायः॥ [६]पर उच्यते॥ [७]तम्॥

1 Var. n. १: „Cine sunt eu? [Cine este] mântuirea (*mokṣa*)?”
2 Sunt avute în vedere atât instrumentele de cunoaștere (*jñāna-indriya*) cât și cele de acțiune (*karma-indriya*), v. ??.
3 *Mdh* CCL.4.
4 *Cf. Mdś* IV.12, *Ym* II.33, *YS* II.42 & *Vyāsabhāṣya*, *YyS* II.4.

[1]ब्रह्मावलोकपर्यन्ताद्विरक्त्या यल्लभेत्प्रियम्[2] ।
सर्वत्र विगतस्नेहः[3] संतोषं परमं विदुः ॥५॥

5. Orice [lucru] plăcut pe care-l poate obține prin detașare[1]
Cel deșpătimit în orișice [privință],
Până la „vederea" lui *bráhman* –
Așțfel au cunoscut [înțelepții] suprema mulțumire (*saṁtoṣa*).

विद्यारण्य — परमं संतोषमाह – ब्रह्मादीति। श्रूयते हि – ते ये शतं बृहस्पतेरानन्दाः। स एकः प्रजापतेरानन्दः। श्रोत्रियस्य चाकामहतस्येति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiv.6) — ‹Brahmā etc.›: șpune deșpre suprema mulțumire (*saṁtoṣa*). Se aude că:

> Cele o sută de fericiri (*ānanda*) ale lui Bṛhașpati
> Ește unica fericire (*ānanda*) a lui Prajāpati,
> Și a celui versat întru *Vede*,
> Ne-afecțat de dorințe (*akāmahata*).[2]

आस्तिक्यम्

Afirmarea [credinței] (*āstikya*)[3]

श्रौते स्मार्ते च विश्वासो [4]यत्तदास्तिक्यमुच्यते॥६॥

6. Încrederea în scripturile revelate (*śruti*) și în cele ale tradiției (*smṛti*)
Ește numită afirmarea [credinței] (*āstikya*).

दानम्

Dăruirea (*dāna*)[4]

[5]न्यायार्जितधनं श्रान्ते[6] श्रद्धया वैदिके जने[7] ।
अन्यद्वा यत्प्रदीयन्ते[8] तद्दानं प्रोच्यते मया॥७॥

7. Acea dăruire cu reșpecț (*śraddhā*)
A averii obținute într-un mod oneșt, sau [orice] altceva,
Unui om cunoscător al *Vedelor* și aflat în nevoie (*śrānta*) –
Ește declarată de mine ca fiind „dăruire" (*dāna*).

अवैदिकाय विप्राय दत्तं यन्मुनिपुंगव।
नोपकाराय तत्तस्य भस्मनीव हुतं हविः॥

O, întâi ștătător între înțelepți!
Ceea ce ește dăruit unui învățat/preot ne-vedic
Nu ește șpre folosul aceștuia,
Fiind precum ofranda adusă/dăruită în cenușă.

---

[1]ब्रह्मादि०॥ [2]विरक्तस्य परात्मनि। विरक्तः परमात्मनि॥ [3]प्रियं यत्तन्महाप्राज्ञाः॥ [4]यस्तदा॥ [5]न्यायार्जितम्॥ [6]चान्नम्॥ [7]द्विजे॥ [8]प्रदीयेत। प्रतीयन्ते॥

1 Var. *n.* १: „Detașat fiind până la lumea (*loka*) lui Brahmā etc.".
2 *TU* II.8.10.
3 *Cf. YyS* II.4.
4 *Cf. YyS* II.5.

ईश्वरपूजनम्
Adorarea Domnului (*īśvara-pūjana*)[1]

ब्रह्माणं विष्णुमीशानं वैश्यक्षत्रियवाडवैः ।
यथाशक्त्यर्चनं[२] भक्त्या यत्तदीश्वरपूजनम् ॥
Acea venerare (*arcana*) după putință și cu devoțiune
A lui Brahmā, Viṣṇu și Īśāna,
De către negustori (*vaiśya*), războinici (*kṣatriya*) și preoți (*vāḍava*) –
Aceasta este adorarea Domnului (*īśvara-pūjana*).

विद्यारण्य — ब्रह्माणमिति। वैश्यैर्ब्रह्माणं क्षत्रियैर्विष्णुम्। वाडवा ब्राह्मणास्तैरीशानं स्वीकृत्य यदर्चनं तदित्यर्थः ॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.10) — ‹A lui Brahmā›: Brahmā de către negustori (*vaiśya*), Viṣṇu de către războinici (*kṣatriya*), iar preoți (*vāḍava*) sunt *brahmán*-ii, Īśāna fiind ales de către aceștia – acea venerare (*arcana*) este aceasta [adorare] – astfel este înțelesul.

रागाद्यपेतं हृदयं वागदुष्टाऽनृतादिना[२] ।
[३]हिंसादिरहितं कर्म यत्तदीश्वरपूजनम्[४] ॥८॥
8. Inima (*hṛdaya*) liberă de patimă (*rāga*) etc.,
Cuvântul (*vāc*) neîntinat de ne-adevăr (*anṛta*) etc.,
Fapta (*karman*) lipsită de vătămare (*hiṁsā*) etc. –
Aceasta este adorarea Domnului (*īśvara-pūjana*).

सिद्धान्तश्रवणम्
Ascultarea doctrinei (*siddhānta-śravaṇa*)[2]

सत्यं ज्ञानमनन्तं च परानन्दं परं ध्रुवम्[५] ।
प्रत्यगित्यवगन्तव्यं[६] वेदान्तश्रवणं बुध[७] ॥९॥
9. Înțeleptule (*budha*)![3] Ascultarea Vedāntei (*vedānta-śravaṇa*)
Trebuie cunoscută ca fiind: adevărată (*satya*), cunoaștere (*jñāna*),
Ne-sfârșită (*ananta*), beatitudine supremă (*parānanda*),
Lăuntrică (*pratyañc*), supremă (*para*) și stabilă (*dhruva*).[4]

विद्यारण्य — प्रत्यगिति। अवगतिरापरोक्ष्यम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.12) — ‹Lăuntrică (*pratyañc*)›: înțelegerea este ne-ascunsă vederii (*aparokṣya*).

---

[१]यथाशक्त्यार्चनम्॥ [२]अनृतादिभिः॥ [३]हिंसाविरहितं काय एतच्च॥ [४]रहितः काय एतदीश्वरपूजनम्॥ [५]ध्रुवं परम्॥ [६]अवगत्यन्तम्॥ [७]बु(धः/धाः)॥

---

1 *Cf. Ym* II.33 & *YyS* II.6-7.
2 *Cf. YyS* II.8-10.
3 Var. *n.* \9: „Pentru înțelept (*budh*)” sau „Înțeleapta (*budh*)”.
4 Var.: „cunoaștere (*jñāna*) adevărată (*satya*) ne-sfârșită (*ananta*) și beatitudine supremă (*parānanda*) lăuntrică (*pratyañc*), supremă (*para*) și stabilă (*dhruva*).”

सिद्धान्तश्रवणं प्राहुर्द्विजानां मुनिसत्तम।
शूद्राणां च विरक्तानां तथा स्त्रीणां महामुने।
सिद्धान्तश्रवणं प्रोक्तं पुराणश्रवणं बुधैः॥
O, cel dintâi dintre înțelepți! Ascultarea doctrinei (*siddhānta-śravaṇa*),
Spun [ei], este pentru cei de două ori născuți.
O, mare înțelept! Pentru servitori (*śūdra*),
Pentru cei indiferenți (*virakta*) și, de asemenea, pentru femei (*strī*)
Ascultarea doctrinei (*siddhānta-śravaṇa*) a fost descrisă de către cei înțelepți
Ca fiind ascultarea *Purāṇa*-elor.

विद्यारण्य — तथा स्त्रीणामिति। त्रैवर्णिकस्त्रीणां तु श्रौते विकल्प उक्तः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xiv.13) — ‹Și, de asemenea, pentru femei (*strī*)›: însă, pentru femeile din cele trei caste (*varṇa*) a fost descrisă diferit (*vikalpa*) în tradiția *vedică* (*śrauta*).

ह्रीः
Sfioșenia (*hrī*)

वेदलौकिकमार्गेषु कुत्सितं कर्म यद्भवेत्।
तस्मिन्भवति या लज्जा ह्रीः सैवेति प्रकीर्तिता[1]॥१०॥
10. Rușinea care apare atunci când [yoginul este
Pe cale] de a săvârși o acțiune (*karman*) reprobabilă
Conform atât obiceiurilor sacre (*Veda*) cât și ale celor profane (*laukika*) –
Este numită sfioșenie (*hrī*).

मतिः
Credința (*mati*)[1]

वैदिकेषु च[2] सर्वेषु श्रद्धा या[3] सा मतिर्भवेत्।
गुरुणा चोपदिष्टोऽपि तत्र[4] संबन्धवर्जितः॥११॥
11. Credința (*mati*) este acea încredere (*śraddhā*)
În toate cele prescrise de *Veda*,
Lipsit de vreo legătură cu altele
Chiar dacă învățătura este de la maestru (*guru*).[2]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — वेदविरुद्धमार्गः गुरुणा उपदिष्टोऽपि तत्र संबन्धवर्जितः सन् वेदोक्तानुष्ठानमेव कुर्यादित्यर्थः॥

Upaniṣadbrahmayogin — Lipsit fiind de vreo legătură cu o învățătură pe o cale contrară *Vedelor*, chiar dacă este de la maestru (*guru*), trebuie să practice cu adevărat doar în conformitate cu prescripțiile *Vedelor* – astfel este înțelesul.

[1] तु सैवेति कीर्तिता॥ [2] हि॥ [3] श्रद्धाया॥ [4] तन्त्र०॥

1 *Cf. YyS* II.11-12ab.
2 Var. n. ४: „Învățătura fiind chiar de la maestru (*guru*), // Lipsit de vreo legătură cu Tantra.”

विद्यारण्य — उपदिष्टोऽपीति। न पुनः पुस्तकपाठादिमात्रेण ज्ञात इत्यर्थः। तन्त्रसंबन्धेति। कापालं नाकुलं वाममित्यादिवेद-विरुद्धागमसंस्पर्शरहित इत्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIV.16) — ‹Învățătura (*upadiṣṭa*) fiind chiar›: nu poate fi cunoscută doar prin simpla lectură etc. a cărților (*puśtaka*) – astfel este înțelesul.

‹Legătură cu Tantra›: lipsit de contactul cu tradițiile Kāpāla, Nākula, Vāma etc., care sunt contrare *Vedelor* – astfel este înțelesul.

जपः

Rugăciunea (*japa*)[1]

वेदोक्तेनैव मार्गेण मन्त्राभ्यासो जपः स्मृतः।
[1]कल्पसूत्रे तथा[2] वेदे धर्मशास्त्रे पुराणके॥ १२॥

12. Rugăciunea (*japa*) este menționată ca fiind practicarea *mantra*-ei
Potrivit metodei prescrise de *Vede*.
Astfel, în *Kalpasūtre*, *Vede*,
Dharma-śāstre, *Purāṇe*

इतिहासे च वृत्तिर्या[3] स जपः प्रोच्यते मया।
[या वेदबाह्याः स्मृतयो याश्च काश्च कुदृष्टयः।
सर्वास्ता निष्फलाः [4]प्रेत्य तमोनिष्ठा हि ताः स्मृताः।
श्रेयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात्।
स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः।
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन वेदमन्त्रं सदा जपेत्।]
जपस्तु[5] द्विविधः प्रोक्तो वाचिको मानसस्तथा॥ १३॥

13. Și *Itihāse* este [enunțată] acea metodă/practică (*vṛtti*)
Care este această rugăciune (*japa*) de care îți spuneam.
[Acele scripturi (*smṛti*) care sunt în afara *Vedelor*,
Precum și cele care sunt heterodoxe (*kudṛṣṭi*),
Toate acestea sunt fără de rezultate după moarte.
„Legea proprie (*svadharma*) [chiar] cu lipsuri,
Este mai bună decât Legea altuia, chiar cu grijă respectată;
Este mai bine să pieri în Legea ta proprie;
Legea altuia este periculoasă.”[2]
De aceea, cu tot efortul și întotdeauna
Trebuie să repete *mantra* vedică.]
Rugăciunea (*japa*) este proclamată ca fiind de două feluri:
Verbală (*vācika*) și mentală (*mānasa*).

[1]कल्पे। जपे॥ [2]यथा। अथ वा॥ [3](नि/अनु)वृत्तिर्या॥ [4]प्रोक्तास्॥ [5]च॥

1 *Cf. YyS* II.12cd-18.
2 *BhG* III.35 (AL-GEORGE 1973).

विद्यारण्य — वेदविरुद्धतन्त्रसंबन्धत्यागे[१] कारणमाह – या वेदबाह्या इति। वेदोक्तधर्मसम्यगनुष्ठानाशक्तस्यापि यथाशक्ति तदनुष्ठानमेव न तु विरुद्धतन्त्रार्थानुष्ठानमित्याह – श्रेयान्स्वधर्म इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.18-19) — ‹Care sunt în afara *Vedelor*›: ŝpune deŝpre motivul cu privire la abandonarea legăturii cu Tantra care eŝte contrară *Vedelor*.

‹Legea proprie (*svadharma*) eŝte mai bună›: ŝpune deŝpre împlinirea aceŝteia pe cât eŝte cu putinţă ĉhiar şi celui ne-putincios (*aśakta*) împlinirii coreĉte/depline a legii (*dharma*) prescrise de *Vede*, dar nu şi împlinirea scopurilor tantrice care sunt contrare [celor vedice].

वाचिकोपांशुरुच्चैश्च द्विविधः परिकीर्तितः।
मानसो मननध्यानभेदाद्द्विविध्यमाश्रितः[२] ॥ १४॥

14. Cea verbală (*vācika*) eŝte detaliată ca fiind de două feluri:
Murmurată (*upāṁśu*) şi cu voce tare (*ucca*).
Natura duală a celei mentale (*mānasa*) se datorează deosebirii dintre:
Gândire (*manana*) şi meditaţie (*dhyāna*).

विद्यारण्य — वाचिकोपांशुरिति। संधिश्छान्दसः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.21) — ‹Cea verbală (*vācika*) eŝte murmurată (*upāṁśu*)›: conexiunea (*saṁdhi*) eŝte vedică/metrică (*ĉhāndasa*).

उच्चैर्जपादुपांशुश्च सहस्रगुणमुच्यते[३]।
मानसश्च तथोपांशोः सहस्रगुणमुच्यते[४] ॥ १५॥

15. Cea murmurată (*upāṁśu*) eŝte declarată ca fiind de o mie de ori [mai eficace]
Decât rugăciunea ŝpusă [cu voce] tare (*ucca*),
Iar cea mentală (*mānasa*) eŝte declarată ca fiind de o mie de ori [mai eficace]
Decât [rugăciunea] murmurată (*upāṁśu*).

उच्चैर्जपश्च[५] सर्वेषां यथोक्तफलदो भवेत्।
नीचैः श्रोत्रेण चेन्मन्त्रः श्रुतश्चेन्निष्फलं[६] भवेत्॥ १६॥

16. Aŝtfel, rugăciunea (*japa*) cu voce tare (*ucca*)
Dăruieŝte tuturor rezultatele descrise [în scripturi];
Însă dacă *mantra* eŝte auzită de ureĉhea celor josnici (*nīca*)
Devine cu adevărat lipsită de rezultate.[1]

विद्यारण्य — उच्चैर्जपादुपांशुजपः फलेन सहस्रगुण उक्तः[७] उच्चैर्जपस्तु कियत्फल इत्यत आह – उच्चैर्जपस्तु सर्वेषामिति। यो मन्त्रजपो यावतः[८] फलस्य साधनत्वेन शास्त्रे कथितः स तावत्फलस्तत्सहस्रगुणस्तन्मन्त्रोपांशुजप इत्यर्थः। उच्चैर्जपोऽपि यथा नीचैर्ह्रेच्छैर्न श्रूयते तथाऽरण्यादौ विविक्तदेशे क्रियते चेद्दुक्तफलो भवति। प्रमादात्तैः श्रुतश्चेत्तस्य[९] यथोक्तमपि फलं नास्तीत्याह – नीचैरिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.23) — ‹Aŝtfel, rugăciunea (*japa*) cu voce tare (*ucca*) [...] tuturor›: dacă ŝpune „dar ce fel de rezultate are rugăciunea cu voce tare?”, răŝpunde că rugăciunea murmurată (*upāṁśu*) eŝte prin rezultat de o mie de ori mai bună decât rugăciunea

[१]०प्रबन्धत्यागे॥ [२]आस्थितः॥ [३]०गुण उच्यते॥ [४]०गुण उच्यते॥ [५]तु॥ [६]श्रुतः स्यान्निष्फलः। श्रुतं चेन्निष्फलम्। श्रुतो न चेत्सोऽपि श्रुतश्चेन्निष्फलः॥ [७]०गुणोऽस्तूक्त॥ [८]यावत्॥ [९]श्रुतस्यैतस्य॥

1 *Cf. Mdś* II.85-86.

cu voce tare. Acea repetare (*japa*) a *mantra*-ei descrisă în scripturi (*śāstra*) ca având calitatea de instrument pentru un anume rezultat, aceasta este acel rezultat; rugăciunea murmurată a *mantra*-ei pentru acest [rezultat oferă] de o mie de ori mai mult acest [rezultat] – astfel este înțelesul.

‹Celor josnici (*nīca*)›: spune că dacă din ignoranță (*pramāda*) este auzită de către aceştia, rezultatul aşa cum a fost descris pentru aceasta nu există. Dar dacă rugăciunea/repetarea (*japa*) cu voce tare este făcută într-un loc izolat precum într-o pădure etc., astfel încât să nu fie auzită de către josnicii barbari (*mleccha*), are rezultatul declarat.

ऋषिं छन्दोऽधिदैवं च ध्यायमानो जपेन्नरः।
प्रसन्नगुरुणा पूर्वमुपदिष्टं त्वनुज्ञया॥
Omul trebuie să repete meditând asupra
Sfântului vizionar (*ṛṣi*), a metrului (*chandas*) şi a zeității tutelare (*adhideva*),
Având mai înainte învățătura/inițierea (*upadiṣṭa*)
Şi prin permisiunea milostivului maestru (*guru*).

विद्यारण्य — दशमं नियमव्रतमाह – प्रसन्नेति। प्रतिबन्धकपापनिरासद्वारा चित्तशुद्धये पुण्योपचयद्वारा फलानुकूल्याय च गुर्वनुज्ञया क्रियमाणमुपवासादिकं व्रतमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.24) — ‹Milostivului›: spune despre legământ (*vrata*) ca fiind a zecea regulă conjuncturală (*niyama*). Legământul ca post (*upavāsa*) etc., îndeplinit cu permisiunea maestrului (*guru*), este pentru favorizarea rezultatelor prin acumularea virtuților (*puṇya*), iar prin îndepărtarea păcatelor (*pāpa*) obstructive pentru purificarea psihicului (*citta*) – astfel este înțelesul.

व्रतम्

Legământul (*vrata*)[1]

[१]धर्मार्थमात्मशुद्ध्यर्थमुपायग्रहणं व्रतम्।
अथवाऽऽथर्वणैर्मन्त्रैर्गृहीत्वा भस्म पाण्डुरम्॥
Legământul (*vrata*) este asumarea/apucarea căii,
În acord cu legea (*dharma*), cu scopul purificării de sine (*ātman*),
Sau acceptând/asumând sfânta cenușă (*bhasman*) albă
Prin *mantra*-ele din *Atharva*[-*veda*].

[१]धर्मार्थमात्मसिद्धि॥

1 Cf. *YyS* II.19; *YV* XIX.30:

व्रतेन॑ दी॒क्षमा॑प्नोति दी॒क्षया॑प्नोति॒ दक्षि॑णाम्।
दक्षि॑णा श्र॒द्धामा॑प्नोति श्र॒द्धया॑ स॒त्यमा॑प्यते॥
Prin legământ (*vrata*) se obține inițierea (*dikṣa*);
Prin inițiere (*dikṣa*) se obține răsplata preoților (*dakṣiṇā*);
Prin răsplata preoților (*dakṣiṇā*) se obține credința (*śraddhā*);
Prin credință (*śraddhā*) se obține Adevărul (*satya*).

ChU III.17.4: „Iar asceza (*tapas*), pomenile (*dāna*), cinstea (*ārjava*), ne-vătămarea (*ahiṁsā*) și rostirea adevărului (satya), acestea sunt răsplata preoților (*dakṣiṇā*).”

विद्यारण्य — व्रतशब्दस्यार्थान्तरमाह – अथवेति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIV.25) — ‹Sau›: Śpune un alt înțeles al cuvântului „legământ” (*vrata*).

> सर्वाङ्गोद्धूलनं यत्तद्व्रतं प्रोक्तं मनीषिभिः।
> एतद्वेदशिरोनिष्ठाः प्राहुः पाशुपतं मुने॥
> O, înțeleptule! Acea ungere a întregului corp [cu cenușă]
> Este acel legământ declarat de către cei înțelepți (*manīṣin*).
> Aceșta este declarat ca fiind sacru lui Pāśupata (Śiva)
> De către cei devotați lui Vedaśiras.

विद्यारण्य — एतद्वेदेति। अथर्वशिरसि – अग्निरित्यादिना भस्म गृहीत्वा निमृज्याङ्गानि [1]संस्पृशेद्व्रतमेतत्पाशुपतमित्युक्तमित्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIV.26) — ‹Aceașta este›: astfel este Śpus în *Atharva-śiras*[-*u.* 5] –

> Trebuie să atingă [toate] membrele luând cenușă și frecându-le cu/prin [formula] „Agni” etc., aceșta este legământul (*vrata*) [numit] *pāśupata*

– astfel este înțelesul.

> केचिच्छिरोव्रतं प्राहुः केचिदत्याश्रमं विदुः।
> केचित्तद्व्रतमित्यूचुः केचिच्छांभवमैश्वरम्॥
> Unii îl numesc *śiras-vrata*,
> Alții îl cunosc ca *atyāśrama*,
> Unii au Śpus „legământul aceștuia”,
> Alții [îl numesc] al lui Śambhu sau al lui Īśvara.

विद्यारण्य — व्रतपदस्य मतभेदेनार्थान्तराण्याह – केचिदिति। शिरोव्रतं विधिवच्चैस्तु चीर्णमित्याथर्वणिका[2] आहुरित्यर्थः। केचिदिति। अत्याश्रमिभ्यः परमं पवित्रमिति श्वेताश्वतरशाखिनो व्यवहरन्तीत्यर्थः। [3]व्रतमेतच्छांभवमित्यन्ये कालाग्निरुद्रशाखिनः। अन्ये तथा जाबालाद्याः ऐश्वरमित्यपरे कथयन्तीत्यर्थः। अथवा यथोक्तपाशुपतव्रतमेव शिरोव्रतात्याश्रमशांभवैश्वरशब्दैराथर्वणिकादिभिरभिधीयत इत्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIV.27) — ‹Unii›: Śpune deSpre sensurile diferite ale termenului „legământ” (*vrata*) prin diferențele de opinie (*mata-bheda*). Cei care urmează tradiția lui Atharvan Śpun:

> *Śiras-vrata* este ținut/împlinit de către aceia
> Conform regulilor prescrise[1]

– astfel este înțelesul.

‹Unii›: cei care urmează tradiția lui Śvetāśvatara afirmă:

> Supremul purificator pentru cei care au transcens
> Cele patru etape ale vieții (*atyāśramin*)”[2]

[1]संस्पृशेत्तस्मद्व्रतम्॥ [2]इत्याद्याथर्वणिकाः॥ [3]व्रतं नाम शांभवम्॥

1 *MuU* III.2.10d.
2 *ŚaU* VI.21.

– astfel este înțelesul.

Cei care urmează tradiția lui Kālāgnirudra descriu acest legământ ca fiind al lui Śambhu (*śāmbhava*), iar cei care [urmează tradiția] lui Jābāla etc., ca fiind al lui Īśvara (*aiśvara*) – astfel este înțelesul.

Sau, așa cum a fost menționat, legământul *pāśupata* este numit de către cei care urmează tradiția lui Atharvan etc. prin termenii *śiras-vrata*, *atyāśrama*, *śāmbhava* și *aiśvara* – astfel este înțelesul.

अस्य व्रतस्य माहात्म्यमागमान्तेषु संस्थितम्।
सर्वपापहरं पुण्यं सम्यग्ज्ञानप्रकाशकम्॥
Măreția (*māhātmya*) acestui legământ (*vrata*)
Este stabilită la finele scripturilor (*āgama*)
Ca fiind distrugătorul tuturor păcatelor (*pāpa*), virtuos (*puṇya*)
Și care manifestă cunoașterea corectă (*samyañc-jñāna*).

विद्यारण्य — [1]आगमान्तेष्वपरेष्वपि बहुषु वेदान्तेषु॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.28) — ‹La finele scripturilor (*āgama*)›: în multe alte/diferite [texte de] la finele *Vedelor* (Vedānta).

यः पशुस्तत्पशुत्वं च व्रतेनानेन[2] न त्यजेत्।
तं हत्वा न स पापीयानिति वेदान्तनिश्चयः॥
Cel care este animal (*paśu*) și care nu abandonează
Această stare de animalitate (*paśutva*) prin acest legământ (*vrata*),
Omorându-l pe acesta acela nu devine mai păcătos –
Astfel este concluzia Vedāntei.

विद्यारण्य — यः पशुरिति। सुकरसर्वभोगोपकरणं परमपुरुषार्थसाधनं चैतत्पाशुपतव्रतम्। अमुना व्रतेन यः पशुः स्वात्मनः पशुत्वं न जहाति स आत्मघातकत्वादाततायी। अतः [3]आततायिवधे दोषो हन्तुर्नास्त्येव[4] कश्चन इति वेदविदः स्मरन्तीत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.29) — ‹Cel care este animal (*paśu*)›: acest legământ *pāśupata* este instrumentul prin care toate plăcerile (*bhoga*) sunt ușor de realizat și mijlocul [desăvârșirii] scopului suprem al persoanei (*puruṣārtha*). Cel care, animal (*paśu*) fiind, nu renunță la starea de animalitate (*paśutva*) a propriului sine prin acest legământ, acesta este un criminal (*ātatāyin*) din cauza stării de vătămare/ucidere de sine (*ātmanghātaka*). De aceea astfel menționează cunoscătorii *Vedelor*:

> Nu există nici un fel de greșeală/păcat (*doṣa*)
> Pentru ucigașul care omoară un criminal (*ātatāyin*)"[1]

– astfel este înțelesul.

[1]आगमान्तरेषु॥ [2]अन्येन॥ [3]नाततायिवधे॥ [4]भवति॥

1 Cf. *Mdś* VIII.351.

सर्वमुक्तं समासेन नियमं मुनिसत्तम।
अनेन विधिना युक्तो भस्मज्योतिर्भविष्यति॥
O, cel dintâi dintre asceți! Pe scurt
Au fost descrise toate regulile conjuncturale (*niyama*),
Prin a căror practică cel „unit”
Va deveni „strălucirea cenușii” (*bhasmajyotis*).

विद्यारण्य — भस्मज्योतिरिति। भस्मैवोक्तरीत्या तत्त्वावबोधहेतुत्वाज्ज्योतिर्यस्य स तथोक्तः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIV.30) — ‹Strălucirea cenușii (*bhasmajyotis*)›: cenușa (*bhasman*) este, desigur prin metoda descrisă, strălucirea/focul (*jyotis*) aceluia, deoarece este cauza realizării realului (*tattva-avabhoda*) – astfel este numit acesta.

इति दर्शनोपनिषत्सु द्वितीयः खण्डः॥
Astfel a fost al doilea capitol din *Darśana-upaniṣad*

Capitolul III

आसनानि नव[1]

Cele nouă poștúri (*āsana*)

स्वस्तिकं गोमुखं पद्मं वीरसिंहासने[2] तथा।
भद्रं मुक्तासनं चैव मयूरासनमेव च।
सुखासनसमाख्यं च नवमं मुनिपुंगव॥ १॥

1. O, întâi-stătătorule între înțelepți! Numele celor nouă [poștúri] sunt:
[Poștura] prosperității (*svaśtika*), [poștura] fetei de vacă (*gomukha*),
[Poștura] lotusului (*padma*), [poștura] eroului (*vīra*),
Poștura leului (*siṁha*), [poștura] auspicioasă (*bhadra*),
Poștura eliberatului (*mukta*), poștura păunului (*mayūra*) și
Poștura confortabilă (*sukha*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यमनियमलक्षणमुक्त्वाऽऽसनलक्षणमाह – स्वस्तिकमिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹[Poștura] prosperității (*svaśtika*)›: fiind descrise caracteristicile (*lakṣaṇa*) regulilor obligatorii (*yama*) și ale celor conjuncturale (*niyama*), acum descrie caracteristicile (*lakṣaṇa*) poștúrilor (*āsana*).

विद्यारण्य — [3]तानि नव तावदुद्दिशति – स्वस्तिकमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.1) — ‹[Poștura] prosperității (*svaśtika*)›: doar pe acestea nouă le explică.

स्वस्तिकम्

Poștura prosperității (*svaśtika-āsana*)[1]

जानूर्वोरन्तरे [4]कृत्वा सम्यक्पादतले उभे।
समग्रीवशिरःकायः[5] स्वस्तिकं नित्यमभ्यसेत्[6] ॥२॥

2. Plasând tălpile picioarelor
Între genunchi și coapse,
Trupul, gâtul și capul [sunt ținute] drepte –
Astfel trebuie practicată întotdeauna [poștura] prosperității (*svaśtika*).

विद्यारण्य — स्वस्तिकस्य लक्षणमाह[7] – जानूर्वोरिति। दक्षिणजानूरुमध्ये वामपादतलं वामजानूरुमध्ये दक्षिणपादतलं च विन्यस्य ऋजुकाय उपविशेदेतत्स्वस्तिकासनमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.3) — ‹Genunchi și coapse›: spune despre caracteristica (*lakṣaṇa*) [posturii] prosperității (*svaśtika*). Aceasta este poștura prosperității (*svaśtika*): trebuie să se așeze cu corpul/trunchiul drept, plasând talpa piciorului stâng la mijloc între coapsa și genunchiul drept, iar talpa piciorului drept la mijloc între coapsa și genunchiul stâng – astfel este înțelesul.

---

[1]आसनविधिनिरूपणम्॥ [2]वीरं सिंहासनम्॥ [3]तानि तावत्॥ [4]सम्यक्कृत्वा। विप्र कृत्वा॥ [5]०कस्य॥ [6]परिचक्षते॥ [7]लक्षणाह॥

---

1 *Cf. AS* xxxi.40, *DP* viii.1.8, *GhS* ii.14, *Hrā* iii.52, *Hyp* ii.5 i.21, *Ym* ii.47 & *YyS* iii.3-5ab.

गोमुखम्
Poștura față de vacă (*gomukha-āsana*)[1]

सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे नियोजयेत्[१]।
दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं तत्प्रचक्षते[२] ॥३॥

3. [Se pune pe partea] ștângă glezna dreaptă și,
Astfel [ștând, mâinile] trebuie unite pe partea posterioară;
La fel se pune [glezna] ștângă pe [partea] dreaptă –
Astfel este descrisă [poștura] față de vacă (*gomukha*).

विचारण्य — सव्ये वामे तस्मिन्पृष्ठपार्श्वे दक्षिणगुल्फं दक्षिणे च पृष्ठपार्श्वे सव्यं वामं[३] विन्यसेदेतद्गोमुखासनम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.4) — Aceasta este poștura față de vacă (*gomukha*): acolo, pe partea ștângă din spate, trebuie să pună glezna dreaptă, iar pe partea dreaptă din spate [glezna] ștângă.

पद्मम्
Poștura lotusului (*padma-āsana*)[2]

अङ्गुष्ठावधि[४] गृह्णीयाद्धस्ताभ्यां[५] व्युत्क्रमेण तु।
ऊर्वोरुपरि विप्रेन्द्र कृत्वा पादतलद्वयम्[६]।
पद्मासनं भवेत्प्राज्ञ सर्वरोगभयापहम्[७] ॥४॥

4. O, înțeleptule, întâi-stătător între *brahmán*-i!
Astfel trebuie să realizeze poștura lotusului (*padma-āsana*),
Cea care alungă spaima de orice boală (*roga*):[3]
Punând [încrucișat] tălpile [picioarelor] deasupra coapselor
Prin apucarea pe deasupra[4] a degetelor mari [ale picioarelor]
Cu ambele mâini și în ordine inversă.

विचारण्य — अङ्गुष्ठावपीति। दक्षिणस्योरोरुपरि वामपादतलं विन्यस्य तदीयमङ्गुष्ठं पश्चिमपथा गतेन वामहस्तेन गृह्णीयात्। एवं वामस्योरोरुपरि न्यस्तस्य दक्षिणपादतलस्याङ्गष्ठं पश्चिमपथा गतेन दक्षिणहस्तेनेत्येतत्पद्मासनमुक्तफलमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.5) — ‹A degetelor mari [ale picioarelor]›: punând talpa piciorului ștâng deasupra coapsei drepte, trebuie să apuce cu mâna ștângă, [pe]trecută prin partea din spate, degetul mare al acestuia, tot astfel [trebuie să apuce] cu mâna dreaptă, [pe]trecută prin partea din spate, degetul mare al tălpii piciorului drept care este așezat deasupra coapsei ștângi. Aceasta este poștura lotusului (*padma-āsana*), cea cu rezultatele menționate – astfel este înțelesul.

---

[१] निवेशयेत्॥ [२] गोमुखं यथा॥ [३] वामगुल्फम्॥ [४] अपि॥ [५] च निबध्नीयाद्धस्ताभ्याम्॥ [६] पादतले उभे॥ [७] एतत्पापरोगभयापहम्॥

---

1 *Cf. AS* xxxi.45cd-46, *DP* viii.1.9, *GhS* ii.17, *Hrā* iii.53, *Hyp* ii.6 i.22 & *YyS* iii.5cd-6ab.
2 *Cf. AP* 218.13, *AnU* 18, *DP* viii.1.9-10, *Dyś* 36-39, *GhS* ii.9, *Gś* 9, *Hrā* iii.34-41, *Hyp* i.46-51, *MP* xxxix.29-30, *ŚS* iii.88-91, *TbU* 39-40, *YśU* i.70 & *YyS* iii.6cd-7.
3 Var. n. ७: „Cea care îndepărtează păcatele (*pāpa*), bolile (*roga*) și fricile (*bhaya*)”.
4 ‹Pe deasupra› *i.e.* „prin față”.

वीरः
Poștura eroului (*vīra-āsana*)[1]

दक्षिणेतरपादं[1] तु दक्षिणोरुणि[2] विन्यसेत्।
ऋजुकायः समासीनो[3] वीरासनमुदाहृतम्॥५॥

5. Piciorul ștâng trebuie pus
Pe coapsa dreaptă,
Stând echilibrat, cu trupul drept –
Aceasta este numită poștura eroului (*vīra-āsana*).

विचारण्य — दक्षिणमुत्तरपादं नाम पादाग्रं[4] सव्ये वाम ऊरौ विन्यसेत्। एतच्चोपलक्षणम्। सव्यं वामं दक्षिण ऊरावेतद्वीरासनमित्यर्थः। दक्षिणोत्तरपादं तु दक्षिणोरुणि विन्यसेदिति पाठान्तरम्। आगमे चोभयमुक्तम् – ऊर्वोरुपरि कुर्वीत पादौ वीरासनन्तु तदिति[5]॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.6) — Trebuie să pună pe coapsa ștângă vârful piciorului numit piciorul drept – iar aceasta este caracteristica (*upalakṣaṇa*). Aceasta este poștura eroului (*vīra-āsana*): [piciorul] ștâng pe coapsa dreaptă – astfel este înțelesul.

O [altă] variantă de lectură: trebuie să pună pe coapsa dreaptă celălalt picior decât dreptul (*dakṣiṇa-uttara-pāda*). Și în scriptură (*āgama*) sunt menționate ambele: „trebuie să facă picioarele să fie peste coapse, aceasta este poștura eroului (*vīra-āsana*)”.

सिंहः
Poștura leului (*siṁha-āsana*)[2]

गुल्फौ च[6] वृषणस्याधः सीविन्याः[7] पार्श्वयोः क्षिपेत्।
दक्षिणं सव्यगुल्फेन दक्षिणेन तथेतरत्[8]॥
Trebuie să pună gleznele sub scrot
Pe cele două părți ale frenului/perineului,
Glezna ștângă pe partea dreaptă și
La fel [glezna] dreaptă pe cealaltă [parte][3].

हस्तौ जानौ समास्थाप्य स्वाङ्गुलीश्च[9] प्रसार्य च।
व्यक्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहितः।[10]
सिंहासनं भवेदेतत्पूजितं योगिभिः सदा॥
Plasând mâinile pe genunchi,
Cu degetele desfăcute,
Gura deschisă [și limba scoasă],
Trebuie să privească vârfului nasului cu mintea concentrată –

[1]उत्तरपादम्॥ [2]सव्य ऊरुणि॥ [3]सुखासीनो॥ [4]वामपादाग्रम्॥ [5]पादौ वीरं चेति॥ [6]तु॥ [7]सीवन्याः॥ [8]वामं दक्षिणगुल्फतः॥ [9]च जान्वोः संस्थाप्य स्वाङ्गुलीश्च॥ [10]नासाग्रं च निरी(क्षे/क्ष्ये)त भवेत्सिंहासनं हि तत्॥

1 *Cf. AS* xxx.39, *DP* viii.1.9, *Ghs* ii.18, *Hp* ii.7, *Hrā* iii.54, *Hyp* i.23, Roșu 1982, *ŚU* iii.4, *Tattvavaiśāradi* ii.46, *TbU* 37 & *YyS* iii.8. *ŚUp.* 5-6 & *HYP* i.50-53 .
2 *Cf. AS* xxxi.42-43, *DP* viii.1.10-11, *GhS* ii.15-16, *Hrā* iii.31-33, *Hyp* i.52-54 & *YyS* iii.9-11a.
3 Var. n. ८: „Cu glezna dreaptă pe [partea] ștângă”.

Aceasta este postura leului (*siṁha-āsana*),
Recomandată întotdeauna de către yogini.

विद्यारण्य — सिंहासनमाह – गुल्फाविति। सीवन्या वामपार्श्वे दक्षिणगुल्फं दक्षिणपर्श्वे च वमगुल्फं प्रसारिताङ्गुलिहस्तौ जानुमूर्ध्नोर्विन्यस्य नासाग्रदर्शनं सिंहसनम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.7-8) — ‹Gleznele›: Spune despre postura leului (*siṁha-āsana*). [De-a lungul] rafeului perineal (*sīvanī*) glezna dreaptă pe partea stângă și glezna stângă pe partea dreaptă, așezând palmele cu degetele răsfirate/întinse deasupra genunchilor, privirea pe vârful nasului – [aceasta este] postura leului (*siṁha-āsana*).

भद्रम्

Postura auspicioasă (*bhadra-āsana*)[1]

गुल्फौ तु[2] वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत्।
पार्श्वपादौ च पाणिभ्यां दृढं बद्धा सुनिश्चलम्[2]।
भद्रासनं भवेदेतद्विषरोगविनाशनम्॥ ६॥

6. Trebuie să pună gleznele sub scrot
Pe cele două părți ale frenului,
[Glezna stângă pe partea stângă și
De asemenea glezna dreaptă pe partea dreaptă],
Ținând ferm cu ambele mâini tălpile picioarelor,
[Stând] pe deplin neclintit –
Aceasta este postura auspicioasă (*bhadra-āsana*),
Distrugătoarea bolilor provocate de otrăvire (*viṣa-roga*)[2] –
[Pe care yoginii desăvârșiți (*siddha*)
O mai numesc și postura lui Gorakṣa (*gorakṣa-āsana*)][3].

विद्यारण्य — भद्रासनमाह – गुल्फौ चेति। सीवन्या वामपार्श्वे वामगुल्फो दक्षिणपार्श्वे दक्षिणगुल्फो यथा भवति तथा पादतले परस्पराभिमुखे सीवन्या अधस्ताद्विनिवेश्य दक्षिणोरुं दक्षिणपाणिना वामोरुं च वामपाणिना सम्यङ्निष्पीड्यावस्थानं भद्रासनमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.9-10) — ‹Gleznele›: Spune despre postura auspicioasă (*bhadra-āsana*). De-a [lungul] rafeului perineal (*sīvanī*) glezna stângă pe partea stângă și tot astfel glezna dreaptă este pe partea dreaptă, astfel încât tălpile picioarelor să fie orientate una spre cealaltă, punând dedesubtul rafeului perineal (*sīvanī*), presând bine coapsa dreaptă cu mâna dreaptă și coapsa stângă cu mâna stângă, această stare/ședere (*avasthāna*) este postura auspicioasă (*bhadra-āsana*) – astfel este înțelesul

[1]च॥ [2]सुनिश्चलः॥

1 *Cf. AS* xxxi.41, *DP* viii.1.12, *GhS* ii.10-11, *Hrā* iii.30, *Hyp* i.55-57 & *YyS* iii.11b-12.
2 Var.: „Distrugătoarea bolilor (*roga*) și a otrăvurilor (*viṣa*)”.
3 Fragmente extrase din *Hyp* i. 53-54.

मुक्तः
Poștura eliberatului (*mukta-āsana*)[1]

निपीड्य सीवनीं सूक्ष्मं [1]दक्षिणेतरगुल्फतः।
वामं याम्येन[2] गुल्फेन मुक्तासनमिदं भवेत्॥७॥

7. Presând cu grijă rafeul perineal (*sīvanī*),
Pe partea dreaptă cu cealaltă gleznă (*i.e.* ștângă) și
Pe partea ștângă cu glezna dreaptă –
Aceasta este poștura eliberatului (*mukta-āsana*).

विद्यारण्य — सीवन्या अधस्ताद्वामो गुल्फस्तस्याधस्ताद्दक्षिणः। अथवा मेढ्रस्योपरि सव्यो गुल्फस्तस्योपरि दक्षिण इति द्वेधा मुक्तासनमित्याह – निपीड्य सीवनीमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.11) — Sub rafeul perineal (*sīvanī*) glezna ștângă, sub aceasta [glezna] dreaptă.

‹Presând cu grijă rafeul perineal (*sīvanī*)›: ȘPune că poștura eliberatului (*mukta-āsana*) este în două moduri – sau, deasupra organului genital (*meḍhra*) glezna ștângă și deasupra acesteia [glezna] dreaptă.

मेढ्रादुपरि निक्षिप्य सव्यं गुल्फं ततोपरि।[3]
गुल्फान्तरं च संक्षिप्य मुक्तासनमिदं मुने[4] ॥८॥

8. Glezna ștângă fiind plasată deasupra organului genital (*meḍhra*)
Este acoperită, prin presare,
De către cealaltă gleznă –
O, înțeleptule! Aceasta este poștura eliberatului (*mukta-āsana*).

मयूरः
Poștura păunului (*mayūra-āsana*)[2]

कूर्पराग्रे[5] मुनिश्रेष्ठ [6]निक्षिपेन्नाभिपार्श्वयोः।
भूम्यां [7]पाणितलद्वन्द्वं [8]निक्षिप्यैकाग्रमानसः॥९॥

9. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
Trebuie să pună vârfurile coatelor de ambele părți ale ombilicului;
Punând ambele palme ale mâinilor pe pământ [și]
Având mintea (*mānasa*) [concentrată] într-un punct,

समुन्नतशिरःपादो दण्डवद्व्योम्नि संस्थितः।
मयूरासनमेतत्स्यात्सर्वपापप्रणाशनम्॥१०॥

10. Stă asemenea unui băț,
Cu trupul și picioarele ridicate în aer –
Aceasta este poștura păunului (*mayūra-āsana*)
Distrugătoarea tuturor păcatelor (*pāpa*).

[1]दक्षिणोत्तर०॥ [2]वामेन॥ [3]मेढ्रोपरि विनिक्षिप्य सव्यगुल्फं तथोपरि॥ [4]भवेत्॥ [5]कूर्पराग्रौ॥ [6]निःक्षिपेत्॥ [7]पाद०॥ [8]निःक्षिप्य॥

1 *Cf. GhS* II.12, *Hyp* I.36, *AS* XXXI.44-45ab, *YyS* III.13-14 & *TbU* 46.
2 *Cf. AS* XXXI.36-37, *DP* VIII.1.12, *GhS* II.12, *Hrā* III.42-47, *Hyp* I.32-33 & *YyS* III.15-16.

विद्यारण्य — कूर्पराग्राविति। तथा चाऽऽगमे भुवि पाणितले कृत्वा कूर्परौ नाभिपार्श्वगौ। समुन्नतशिरःपादं दण्डवद्व्योमसंश्रयम्॥ कुर्याद्देहमिति प्रोक्तं मायूरं पापनाशनमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.13) — ‹Vârfurile coatelor›: tot aștfel și în scriptură (*āgama*) –

> Trebuie aștfel să facă trupul:
> Punând palmele mâinilor pe pământ,
> Coatele plasate în zona buricului,
> Capul și picioarele ridicate,
> Aflate în aer aidoma unui bașton –
> Numită fiind [poștura] păunului (*mayūra*), diștrugătoarea păcatelor.[1]

सुखम्
Poștura confortabilă (*sukha-āsana*)

येन केन प्रकारेण सुखं धैर्यं च जायते।
तत्सुखासनमित्युक्तमशक्तस्तत्समाश्रयेत्॥ ११॥

11. Aceea prin care sunt produse [deopotrivă]
Starea de bine (*sukha*) și fermitatea (*dhairya*) [trupului] –
Este aceașt poștură confortabilă (*sukha-āsana*),
Fiind prescrisă pentru a fi practicată de cel neputincios (*aśakta*).

विद्यारण्य — येन केनेति। तथा च पातञ्जलं सूत्रम् – स्थिरसुखमासनमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.15) — ‹Aceea prin care›: aștfel este în aforismul lui Patañjali –

> Poștura (*āsana*) este ștabilă/fermă (*sthira*) și confortabilă (*sukha*).[2]

आसनजयफलम्
Rezultatul succesului în poștură (*āsana*)

आसनं विजितं येन जितं तेन जगत्त्रयम्।
[आसनं सकलं[१] प्रोक्तं मुने वेदविदां वर।]
अनेन विधिना युक्तः प्राणायामं सदा कुरु॥ १२॥

12. Cel de către care poștúrile (*āsana*) sunt ștăpânite,
De către acela cele trei lumi (*jagat*) sunt cucerite.
[O, înțeleptule, cel mai bun dintre cunoscătorii *Vedelor*!
Aștfel a fost descrisă pe deplin poștura (*āsana*).]
Înzeștrat cu/urmând aceașt prescripție/metodă (*vidhi*),
Practică întotdeauna controlul suflurilor (*prāṇāyāma*)!

[१] सफलम्॥

1 *Cf. TbU* 47-48.
2 *YS* II.46.

विद्यारण्य — जगत्त्रयमिति। आसनजयस्य चित्तैकाग्र्यहेतुत्वात्। शीतोष्णादिद्वन्द्वैरनुपघाताच्च। आह पतञ्जलिः ततो द्वन्द्वानभिघातः इति। अनेनेति। आसनवतैव हि प्राणायामः कर्तव्य इत्याह – विधिनेति। [१]श्वासप्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायाम इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xv.16-17) — ‹Cele trei lumi›: deoarece este cauza concentrării psihicului (*citta*) pentru cel care a cucerit poștura (*āsana*) și datorită absenței vreunui prejudiciu prin perechile de contrarii precum rece|fierbinte (*śīta|uṣṇa*) etc. Patañjali a spus:

> Prin aceasta (*i.e. āsana*), perechile de contrarii încetează să mai aibă vreun impact.[1]

‹Această prescripție/metodă (*vidhi*)›: spune că, într-adevăr, asemenea pozturii (*āsana*), trebuie practicat și controlul suflurilor (*prāṇāyāma*). Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) este întreruperea/suspendarea mișcării inspirației și expirației.

इति दर्शनोपनिषत्सु तृतीयः खण्डः॥

Astfel a fost al treilea capitol din *Darśana-upaniṣad*

[१]श्वासनिःश्वासयोः॥

1 *YS* II.48.

Capitolul IV

देहप्रमाणम्[१]
Dimensiunile trupului (*deha-pramāṇa*)[1]

[अथातः संप्रवक्ष्यामि नाडीचक्रमनुत्तमम्।]
शरीरं तावदेव स्यात्षण्णवत्यङ्गुलात्मकम्।
[मनुष्याणां मुनिश्रेष्ठ स्वाङ्गुलीभिरिति श्रुतिः।]
देहमध्ये शिखिस्थानं तप्तजाम्बूनदप्रभम्॥ १॥

1. [Acum voi expune pe deplin
Suprema multitudine de trasee psiho-energetice (*nāḍī*).]
Corpul (*śarīra*) măsoară, desigur,
Doar 96 de degete [înălțime],
[O, cel dintâi dintre înțelepți! astfel [spune] scriptura (*śruti*):
„Cu propriile degete ale oamenilor”,]
Iar la mijlocul trupului (*deha*) se află lăcașul înflăcărat (*śikhin*),
Strălucitor precum aurul (*jāmbū-nada*) topit.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — प्राणायामस्य नाडीपुञ्जदेहप्राणनिर्वर्त्यत्वेन देहतत्कार्ययत्तापरिज्ञानं विना प्राणायामसिद्धिः न स्यादिति देहनाडीप्राणेयत्तां प्रपञ्चयति – शरीरमिति। शिखिस्थानमग्निस्थानम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Corpul (*śarīra*)›: fără discernământul (*parijñāna*) măsurii/naturii trupului (*deha*) și a originii (*kārya*) acestuia [dobândită] prin manifestarea suflurilor (*prāṇa*) trupului (*deha*) prin multitudinea de trasee psiho-energetice (*nāḍī*) [în timpul] controlului suflurilor (*prāṇāyāma*), nu este posibilă desăvârșirea controlului suflurilor (*prāṇāyāma*) – [pentru] aceasta este explicarea detaliată a măsurii/naturii trupului (*deha*), a traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) și a suflurilor (*prāṇa*).

‹Lăcașul înflăcărat (*śikhin*)›: lăcașul focului (*agni*).

विद्यारण्य — यतः शरीरसंस्थानज्ञानाधीनं[२] नाडीज्ञानं तदधीनं च तच्छोधनविज्ञानमतः शरीरोत्पत्तिकथनानन्तरं नाडीचक्राभिधानं प्रतिजानीते – अथात इति। षण्णवत्यङ्गुलेति। अत्राङ्गुलीशब्देन स्वशरीरायामस्य षण्णवतितमांशोऽभिधीयते। तादृशानामंशानामप्यष्टचत्वारिंशत्तममधस्तादुपरिष्टाच्च परित्यज्य मध्ये मूलाधारस्तमाह – देहमध्य इति। शिखिस्थानमग्निस्थानम्। तदाहुरागमिकाः – षण्णवत्यङ्गुलोत्सेधो देहः स्वाङ्गुलिमानतः। [३]पाय्वन्तद्व्यङ्गुलादूर्ध्वं लिङ्गाच्च द्व्यङ्गुलादधः। मध्यमेकाङ्गुलं यच्च[४] देहमध्यं प्रचक्षते इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.1-4) — ‹Acum›: deoarece cunoașterea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) depinde de cunoașterea naturii corpului (*śarīra*), iar cunoașterea purificării acestora depinde de aceasta, atunci începe expunerea multitudinii de trasee psiho-energetice (*nāḍī*) după relatarea despre apariția corpului.

‹96 de degete›: aici prin termenul „deget” (*aṅguli*) este înțeleasă a 96-a parte a lungimii propriului corp.

---

[१]नाडीचक्रनिरूपणम्॥ [२]०अनन्दीना॥ [३]पायुं तद्व०। पायोश्च द्व०॥ [४]तत्र॥

---

1 Var. n. १: „Examinarea/definirea multitudinii de trasee psiho-energetice (*nāḍī*)”. *Cf. Hyp* III & *YrU* 5.

‹La mijlocul trupului›: lăsând de-o parte, de sus și de jos, 48 de aŝtfel de părți, la mijloc se află „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*).

‹Lăcașul înflăcărat (*śikhin*)›: lăcașul focului (*agni*).

Aŝtfel ŝpun adepții (*āgamika*):

> Trupul are o înălțime de 96 de degete,
> După măsura propriilor degete.
> La două degete deasupra anusului (*pāyu*)
> Și la două degete sub organul genital (*liṅga*),
> La mijloc, de un deget [grosime] –
> Aceŝta[1] se ŝpune că eŝte mijlocul trupului.

त्रिकोणं मनुजानां तु[१] सत्यमुक्तं हि सांकृते[२] ।
गुदात्तु द्यङ्गुलादूर्ध्वं मेढ्रात्तु द्यङ्गुलादधः ॥ २ ॥

2. O, Sāṁkṛti! Adevărul a foŝt ŝpus cu privire
La [lăcașul] „triunghiului” în [trupul] oamenilor:
La două degete mai sus de anus (*guda*) și
La două degete mai jos de penis (*meḍhra*).

देहमध्यं विजानीहि मनुजानां तु[३] सांकृते[४] ।
कन्दस्थानं मुनिश्रेष्ठ मूलाधारान्नवाङ्गुलम् ॥ ३ ॥

3. O, Sāṁkṛti, întâi-ŝtătător între înțelepți!
Cunoaŝte centrul trupului oamenilor[2]:
Lăcașul „nodului” (*kanda*) se află la
Nouă degete față de „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*).

चतुरङ्गुलमायामविस्तारं मुनिपुंगव[५] ।
कुक्कुटाण्डवदाकारं[६] भूषितं तु[७] त्वगादिभिः ।
तन्मध्ये[८] नाभिरित्युक्तं योगज्ञैर्मुनिपुंगव[९] ॥ ४ ॥

4. O, întâi-ŝtătătorule între înțelepți!
Are patru degete lățime și lungime (*i.e.* diametru),
Asemănător ca formă cu oul de găină [sălbatică] (*kukkuṭa*),
Fiind învelit cu piele etc.
O, întâi-ŝtătătorule între înțelepți!
„La mijlocul [trupului] se află ombilicul (*nābhi*)” –
Aŝtfel a foŝt descris [trupul] de către cunoscătorii [învățăturilor] Yoga.

---

१ मनुष्याणां हि ॥ २ बृहस्पते ॥ ३ मुनिप्रोक्तमनुजानीहि ॥ ४ मनुष्याणां बृहस्पते ॥ ५ ०सत्तम ॥ ६ कुक्कुटाण्डसमाकारम् ॥ ७ च ॥ ८ मध्यम् ॥ ९ मुने वेदान्तवेदिभिः ॥

1 Var. n. ४: „Aici”.
2 Var. *n.* ३: „Cunoaŝte centrul trupului așa cum a foŝt descris de către înțelepți (*muni*)”.

विद्यारण्य — कन्दस्थानमित्यादि। तदुक्तमन्यत्र – नवाङ्गुलोर्ध्वतस्तस्मादस्ति कन्दोऽण्डसंनिभः। चतुरङ्गुलिविस्तार उत्सेधे-नापि तत्समः।[१] त्वगस्थिभूषितः कन्दस्तन्मध्यं नाभिरुच्यत इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.5) — ‹Lăcașul „nodului” (*kanda*)›: se ſpune aceaſta în altă parte –

La nouă degete deasupra aceſtuia
Se află, asemănător unui ou, „nodul” (*kanda*).
Lăţimea eſte de patru degete,
Iar lungimea eſte tot aşa.[1]
Nodul fiind învelit cu piele şi os,
Mijlocul aceſtuia se ſpune că eſte ombilicul (*nābhi*).[2]

नाडीपरिगणनम्

Enumerarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)

कन्दमध्यस्थिता[२] नाडी सुषुम्नेति प्रकीर्तिता॥५॥

5. Traseul psiho-energetic „cea miloſtivă” (*suṣumnā-nāḍī*)
A foſt revelat ca fiind situat în mijlocul „nodului” (*kanda*).

विद्यारण्य — पवनस्य सुषुम्नाप्रवेशलक्षणं योगमग्रे विवक्षुः सुषुम्नाया नाड्यन्तरेभ्यः प्राधान्यमाह – कन्दमध्य इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.7) — ‹În mijlocul „nodului” (*kanda*)›: doritor fiind în a ſpune mai întâi acea practică (*yoga*) caracterizată de intrarea în [traseul psiho-energetic] „cea mi-loſtivă” (*suṣumnā*) a suflului (*pavana*), ſpune deſpre întâietatea/superioritatea „celei miloſtive” (*suṣumnā*) faţă de celelalte trasee psiho-energetice (*nāḍī*).

तिष्ठन्ति परितस्तस्या नाडयो[३] मुनिपुंगव[४]।
द्विसप्ततिसहस्राणि तासां मुख्याश्चतुर्दश॥६॥

6. O, întâi-ſtătătorule între înţelepţi!
Traseele psiho-energetice (*nāḍī*) se află de jur împrejurul aceſtui [„nod”]
Şi sunt [în număr de] şaptezeci şi două de mii,[3]
Dintre care patruſprezece sunt mai importante:

सुषुम्ना पिङ्गला तद्वदिडा चैव सरस्वती।
पूषा च वरुणा[५] चैव हस्तिजिह्वा यशस्विनी॥७॥

7. „Cea miloſtivă” (*suṣumnā*), „cea ardentă” (*piṅgalā*) şi
„Cea răcoritoare” (*iḍā*), „cea curgătoare” (*sarasvatī*),
„Cea hrănitoare” (*pūṣā*) şi „cea lichidă” (*varuṇā*),
„Limba elefantului” (*haſtijihvā*), „cea ſtrălucitoare” (*yaśasvinī*),

[१]चतुरङ्गुलिविस्तारमुत्सेधे नाभितः समम्॥ [२]कन्दमध्ये स्थिता॥ [३]नाड्यो हि॥ [४]सत्तम॥ [५]वरुणी॥

1 Var. n. १: „Iar înălţimea aceeaşi faţă de ombilic (*nābhi*).”
2 Cf. *Siddhānta-śekhara apud Śsā* p. 261.
3 Pentru numărul 72 vezi aſtrologia vedică (*jyotiṣa*).

अलम्बुसा[१] कुहूश्चैव विश्वोदरा[२] पयस्विनी[३]।
शङ्खिनी चैव गान्धारा[४] इति मुख्याश्चतुर्दश॥८॥

8. „Limita" (*alambusā*) și „Luna nouă" (*kuhū*),
„Pântecul universal" (*viśvodarā*), „cea plină de sevă" (*payasvinī*)[1],
„Scoica" (*śaṅkhinī*) și „cea înmiresmată" (*gāndhārā*) –
Sunt principalele patruşprezece [trasee psiho-energetice (*nāḍī*)].

आसां[५] मुख्यतमास्तिस्रस्तिसृष्वेकोत्तमोत्तमा[६]।
ब्रह्मनाडीति सा प्रोक्ता मुने वेदान्तवेदिभिः॥९॥

9. Dintre aceştea, trei sunt mai importante[2];
Dintre aceştea trei, una are importanţă majoră –
Aceasta fiind numită de către asceţii cunoscători în Vedānta
Traseul psiho-energetic al lui Brahmā (*brahma-nāḍī*)[3].

विचारण्य — ब्रह्मनाडीति। ब्रह्मलोकप्राप्तिद्वारत्वात्। तथाचाऽऽथर्वणोपनिषदि[७] – शतं चैका च हृदयस्य नाड्यस्तासां मूर्धानमभिनिःसृतैका। तयोर्ध्वमायन्नमृतत्वमेति विष्वङ्न्या[८] उत्क्रमणे भवन्ति इति। अमृतत्वं ह्यत्र ब्रह्मलोकप्राप्तिर्मता। आभूतसंप्लवं स्थानममृतत्वं हि भाष्यते – इत्याहुः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.11ab) — ‹Traseul psiho-energetic al lui Brahmā (*brahma-nāḍī*)›: deoarece este poarta dobândirii lumii lui Brahmā. Conform învăţăturii (*upaniṣad*) care aparţine de *Atharva*[-*veda*]:

> O sută una sunt traseele psiho-energetice ale inimii (*hṛdaya-nāḍī*),
> Dintre aceasta [doar] una „curge" spre creştet (*mūrdhan*).
> Mergând prin aceasta în sus, ajunge la starea de ne-murire (*amṛtatva*),
> Celelalte, mergând în alte direcţii, determină ieşirea [din viaţă/trup].[4]

Desigur, starea de ne-murire (*amṛtatva*) este considerată aici ca fiind dobândirea lumii (*loka*) lui Brahmā. Astfel spun:

> Cu adevărat starea de ne-murire (*amṛtatva*) este numită
> Locul/starea unde se produce distrugerea tuturor elementelor.[5]

पृष्ठमध्यस्थितेनास्था[९] वीणादण्डेन सुव्रत।
[१०]सह मस्तकपर्यन्तं सुषुम्ना सुप्रतिष्ठिता॥१०॥

10. O, preavirtuosule! Slăvita „cea miloştivă" (*suṣumnā*)
Este considerată ca fiind situată în mijlocul spatelui,
[Asemănător] „gâtului lăutei" (*vīṇā-daṇḍa*),
Extinzându-se până la cap (*maśṭaka*).

[१]अलम्बुषा॥ [२]विश्वो(दारा/दरी)॥ [३]तपस्विनी॥ [४]गान्धारी॥ [५]तासाम्॥ [६]एका वरा मुने॥ [७]छान्दोग्योपनिषदि॥ [८]विष्वगन्या॥ [९]पृष्ठमध्ये स्थितेनास्था। स्थितेनान्य०॥ [१०]सहमस्तक॥

1 Var. *n.* ३: „asceta (*tapasvinī*)".
2 *I.e.* „cea miloştivă" (*suṣumnā*), „cea răcoritoare" (*iḍā*) și „cea ardentă" (*piṅgalā*).
3 *I.e.* „cea miloştivă" (*suṣumnā*).
4 *KU* II.3.16, *ChU* VIII.6.6 & *YśU* VI.4.
5 *VP* II.8.97.

विद्यारण्य — उक्तानां नाडीनां संस्थानमभिदिधित्सुः प्रथमं सुषुम्नामाह – पृष्ठमध्य इति। पवनो हि मूलाधारादुत्थित इडापिङ्गलाभ्यां बहिरस्तमेति। तदुक्तम् – देहेऽपि मूलाधारेऽस्मिन्समुद्यति[1] समीरणः। नाडीभ्यामस्तमभ्येति घ्राणतो द्विषडङ्गुले इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.11cd-12ab) — ‹În mijlocul ṣpatelui›: ṣpune că, fiind dornic să descrie aşezarea/multitudinea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) menţionate, prima eṣte „cea miloṣtivă” (*suṣumnā*). Căci suflul vital (*pavana*) eṣte ridicat din „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*) prin „cea ardentă” (*piṅgalā*) şi prin „cea răcoritoare” (*iḍā*) pentru a diṣpare în exterior. Aceaṣta a foṣt declarată:

> Aflat acolo, în „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*) din trup,
> Suflul (*samīraṇa*) se ridică şi,
> Prin cele [două] trasee psiho-energetice (*nāḍī*),
> Iese în afară/diṣpare la 12 degete[1] de nas/nări.[2]

कुण्डल्याः स्थानं स्वरूपं च
Propria natură şi locul lui Kuṇḍalī

नाभिकन्दादधःस्थानं कुण्डल्या ह्यङ्गुलं मुने।
अष्टप्रकृतिरूपा सा कुण्डली मुनिसत्तम।
यथावद्वायुचेष्टां च जलान्नादीनि नित्यशः॥ ११॥

11. O, înţeleptule, cel mai bun dintre înţelepţi!
Lăcaşul lui Kuṇḍalī se află la
Două degete sub „nodul” ombilicului (*nābhi-kanda*).
Aceaṣtă Kuṇḍalī, care eṣte de natura celor opt *prakṛti*,
Controlează coreċta şi conṣtanta lucrare
A suflurilor (*vāyu*), a apei (*jala*), a hranei (*anna*) etc.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — कुण्डलिनीस्थानं तत्स्वरूपं चाह – नाभीति। पृथिव्यप्तेजोवाय्वाकाशमनोबुद्ध्यहङ्काररूपिण्यः अष्टौ प्रकृतयः॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Ombilicului (*nābhi*)›: ṣpune deṣpre lăcaşul lui Kuṇḍalinī şi propria ei natură (*svarūpa*). Cele opt *prakṛti* sunt sub forma: pământului (*pṛithivī*), apei (*ap*), focului (*tejas*), aerului (*vāyu*), eterului/ṣpaţiului (*ākāśa*), minţii (*manas*), eului empiric (*ahaṁkāra*) şi a inteleċtului (*buddhi*).

विद्यारण्य — तत्र मूलाधारादुत्थितस्य वायोः स्वसंमुखावस्थितमध्यवर्तिसुषुम्नाद्वारपरित्यागेन पार्श्वस्थितयोरिडापिङ्गलयोः संचारे कारणं सुषुम्नाद्वारस्य कुण्डल्या स्वफणाग्रेणापिधानमभिधातुं कुण्डल्याः स्थानं स्वरूपं व्यापारं च क्रमेणाऽऽह – नाभिकन्दादिति। अष्टप्रकृतीति। मूलप्रकृतिरविकृतिर्महदाद्याः प्रकृतिविकृतयः सप्त इत्युक्ता अष्टौ प्रकृतयः। तत्र मूलप्रकृत्यात्मिका कुण्डली तस्याः सुषुम्नावेष्टनानि महदादिसप्तप्रकृतिविकृत्यात्मकानीत्यष्टप्रकृतिरूपता। सा ह्यष्टधा कुण्डलीकृता तिष्ठति। यदाहुः – कुण्डली परितस्तस्मादष्टधा कुण्डलीकृता। अष्टप्रकृतिरूपा सा सुप्तसर्पसमाकृतिः इति। एवं स्वरूपमुक्त्वा व्यापारमाह – यथावदिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.12cd-13) — ‹„Nodul” ombilicului (*nābhi-kanda*)›: pentru a expune siṣtematic locul, natura proprie şi aċtivitatea lui Kuṇḍalī ṣpune aici că acoperirea

[1]तु समुदेति॥

1 Var. *MS* IV.59: „la şase degete”.
2 *PsT* 1.92.

cu vârful propriei „glugi" de către Kuṇḍalī a porții/intrării „celei miloștive" (*suṣumnā*) este cauza trecerii prin „cea ardentă" (*piṅgalā*) și prin „cea răcoritoare" (*iḍā*), care sunt aflate pe lateral, fiind prin deplina părăsire a porții/intrării „celei miloștive" (*suṣumnā*), care se află în mijloc și plasată în față, de către suflul (*vāyu*) care s-a ridicat din „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*).

‹Opt *prakṛti*›:

> Natura primordială (*mūla-prakṛti*)
> Este ne-transformare (*avikṛti*),
> Cele șapte, „cel mare" (*mahat*) etc.,
> Sunt și natură (*prakṛti*) și transformare (*vikṛti*).[1]

– astfel au fost descrise cele opt *prakṛti*. Acolo, Kuṇḍalī este de natura lui *prakṛti* primordial (*mūla*), iar ale ei încolăciri [în jurul] „celei miloștive" (*suṣumnā*) sunt de natura celor șapte modificări ale lui *prakṛti*, *mahat* etc. – astfel este natura celor opt *prakṛti*. Ea stă încolăcită de opt ori. Astfel au spus:

> De aceea, Kuṇḍalī este încolăcită
> De jur-împrejur de opt ori.
> Ea este de natura celor opt *prakṛti*,
> Având aspectul unui șarpe adormit.[2]

‹Corecta›: astfel, descriind propria natură [a lui Kuṇḍalī], spune despre activitatea [ei].

परितः कन्दपार्श्वेषु निरुध्यैव सदा स्थिता।
स्वमुखेन सदाऽऽवेष्ट्य[1] ब्रह्मरन्ध्रमुखं मुने॥ १२॥

12. [Kuṇḍalī], stând [încolăcită]
De jur împrejurul „nodului" (*kanda*),
O, sfântule! [Kuṇḍalī] acoperă întotdeauna cu propria-i gură
Intrarea în „apertura lui Brahmā" (*brahma-randhra*).

विचारण्य — मूलाधारादुत्थितस्य पवनस्य साक्षात्स्वसंमुखसुषुम्नाद्वारसंचारादियथावद्वायुचेष्टतामियं निरुणद्धि। कोष्ठगतस्य ह्यशितपीतादेर्मूलाधारस्थज्वलनव्यवधायकत्वेन त्वरया पाकप्रतिबन्धो जलान्नादीनां निरोधः। स्वमुखेनेति। मुखेन सुषुम्नामूलरन्ध्रं पिधायाष्टधाकुण्डलीभावेन स्वग्रीवां[2] परिवेष्ट्य शेषकायं वंशास्थिसंबन्धमुपरि नीत्वा पुच्छेन ब्रह्मरन्ध्रं पिदधातीत्यर्थः। तदुक्तम् – कन्दनाभेरधोरन्ध्रे निधाय स्वफणां दृढम्। संनिरुध्य मरुन्मार्गं[3] पुच्छेन स्वमुखं तथा। ब्रह्मरन्ध्रं च संवेष्ट्य पृष्ठास्था सह सुस्थिता[4] इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.14) — Această oprește activitatea corectă a suflului (*vāyu*) de a trece etc. prin poarta „celei miloștive" (*suṣumnā*), care se află în fața ei, în mod direct a suflului (*pavana*) care s-a ridicat din „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*). Prin starea de întrerupere a focului situat în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*) de către ceea ce a fost mâncat, băut etc. și care a ajuns în stomac (*koṣṭha*), are loc cu celeritate suspendarea digestiei, oprirea apei, hranei etc.

[1] समावेष्ट्य॥ [2] स्वग्रीवायाम्॥ [3] संनिरुद्ध्य मरुन्मार्गान्॥ [4] पृष्ठस्था च सह स्थिता॥

1 *SK* 3ab.
2 *Siddhānta-śekhara apud Śsā* p. 261.

‹Cu propria-i gură›: închizând cu gura apertura de la rădăcina „celei miloștive” (*suṣumnā*), înfășurându-și propriul gât sub forma încolăcirii de opt ori, restul corpului care este conectat cu osul coloanei vertebrale merge în sus și acoperă cu coada „apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*) – astfel este înțelesul. Astfel a fost spus:

> Punând ferm propria-i „glugă”
> În apertura de jos dintre „nod” (*kanda*) și ombilic (*nābhi*),
> Închizând pe deplin calea suflului (*marut*),
> Iar cu coada, precum propria gură,
> [Închizând] „apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*),
> Cea „bine stabilită”, împreună cu coloana vertebrală, fiind înconjurată.[1]

नाडीस्थानानि
Lăcașurile traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)[2]

सुषुम्नाया इडा सव्ये दक्षिणे पिङ्गला स्थिता[१] ।
सरस्वती कुहूश्चैव सुषुम्नापार्श्वयोः स्थिते॥ १३ ॥

13. La stânga „celei miloștive” (*suṣumnā*) [stă] „cea răcoritoare” (*iḍā*),
Iar la dreapta stă[3] „cea ardentă” (*piṅgalā*).
„Cea curgătoare” (*sarasvatī*) și „Luna nouă” (*kuhū*)
Stau pe lângă „cea miloștivă” (*suṣumnā*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — सुषुम्नानाडीपरितः प्रधाननाड्यः तिष्ठन्तीत्याह – सुषुम्नाया इति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹„Celei miloștive” (*suṣumnā*)›: spune unde sunt localizate cele mai importante trasee psiho-energetice (*nāḍī*) de jur-împrejurul traseului psiho-energetic „cea miloștivă” (*suṣumnā-nāḍī*).

विद्यारण्य — उद्घाटनीयद्वारायाः सुषुम्नायाः संस्थानमभिधाय निरोद्धव्यद्वारयोरिडापिङ्गलयोराह – सुषुम्नाया इति। सरस्वतीत्यादिनाडीस्थानसंनिवेशाभिधानस्य प्रयोजनं प्रमादात्तत्र प्रविष्टस्य पवनस्य प्रवेशमार्गेणैवापकृष्य सुषुम्नायोजनमिति। सरस्वतीति। सुषुम्नायाः पुरतः सरस्वती। तदुक्तम् – सुषुम्नापूर्वभागस्था जिह्वान्तस्था सरस्वती। पृष्ठतश्च कुहूः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.15) — ‹„Celei miloștive” (*suṣumnā*)›: spune că descriind manifestarea (*saṁsthāna*)[4] „celei miloștive” (*suṣumnā*), a cărei poartă trebuie deschisă, [urmează] a „celei răcoritoare” (*iḍā*) și a „celei ardente” (*piṅgalā*), ale căror porți trebuie închise. Scopul descrierii amplasării locurilor traseelor psiho-energetice (*nāḍī*), precum „cea curgătoare” (*sarasvatī*) etc., este utilizarea „celei miloștive” (*suṣumnā*), retrăgând chiar pe calea intrării [ei a] suflului (*pavana*) care a pătruns acolo[, în celelalte trasee psiho-energetice,] din ignoranță/greșeală.

‹„Cea curgătoare” (*sarasvatī*)›: „cea curgătoare” (*sarasvatī*) se află în fața „celei miloștive” (*suṣumnā*). Astfel a fost spus:

---

१ स्मृता॥

---

1 *Siddhānta-śekhara apud Śsā* p. 261.
2 *Cf. Śiva-svarodaya* 31-61.
3 Var. n. १: „este menționată”.
4 *Saṁsthāna*: locul, forma, natura, starea.

„Cea curgătoare” (*sarasvatī*), situată/ajunge în vârful limbii (*jihvā-anta*),
Se află în partea anterioară a „celei miloștive” (*suṣumnā*),
Iar „Luna nouă” (*kuhū*) se află în partea posterioară.

गान्धारा[१] हस्तिजिह्वा च इडायाः पृष्ठपूर्वयोः[२]।
पूषा यशस्विनी चैव पिङ्गलापृष्ठपूर्वयोः॥ १४॥

14. „Cea înmiresmată” (*gāndhārā*) și „limba elefantului” (*hastijihvā*)
Sunt plasate în fața și în șpatele „celei răcoritoare” (*iḍā*).
„Cea hrănitoare” (*pūṣā*) și „cea strălucitoare” (*yaśasvinī*)
Sunt plasate în fața și în șpatele „celei ardente” (*piṅgalā*).

कुहोश्च[३] हस्तिजिह्वाया मध्ये विश्वोदरा[४] स्थिता।
यशस्विन्याः कुहोर्मध्ये वरुणा[५] सुप्रतिष्ठिता॥ १५॥

15. Între „Luna nouă” (*kuhū*) și „limba elefantului” (*hastijihvā*)
Stă „pântecul universal” (*viśvodarā*).
Între „cea strălucitoare” (*yaśasvinī*) și „Luna nouă” (*kuhū*)
Stă „cea curgătoare” (*varuṇā*).

पूषायाश्च सरस्वत्या मध्ये प्रोक्ता यशस्विनी[६]।
गान्धारायाः सरस्वत्या मध्ये प्रोक्ता च शङ्खिनी॥ १६॥

16. Între „cea hrănitoare” (*pūṣā*) și „cea curgătoare” (*sarasvatī*)
Se șpune [că stă] „cea strălucitoare” (*yaśasvinī*).
Între „cea înmiresmată” (*gāndhārā*) și „cea curgătoare” (*sarasvatī*)
Se șpune [că stă] „scoica” (*śaṅkhinī*).

अलम्बुसा[७] स्थिता पायुपर्यन्तं कन्दमध्यगा[८]।
पूर्वभागे सुषुम्नाया राकायाः[९] संस्थिता कुहूः॥ १७॥

17. „Limita” (*alambusā*) se întinde până la anus (*pāyu*)
Și atinge centrul „nodului” (*kanda*).[1]
În partea anterioară a „celei miloștive” (*suṣumnā*), care-i precum Luna plină[2],
Se află situată „Luna nouă” (*kuhū*).

विद्यारण्य — पूर्वभागे सुषुम्नाया इति। पृष्ठत उत्पन्नाऽपि सुषुम्नायाः पूर्वभागं समागत्य मेढ्रान्तं गतेत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.19) — ‹În partea anterioară a „celei miloștive” (*suṣumnā*)›: chiar dacă apare din partea posterioară, venind în partea anterioară a „celei miloștive” (*suṣumnā*) ajunge [până la] vârful organului genital masculin (*meḍhra*) – astfel este înțelesul.

[१]गान्धारी॥ [२]०पार्श्वयोः। पूर्वपार्श्वयोः॥ [३]कुह्वाश्च॥ [४]विश्वोदरी॥ [५]वरुणी॥ [६]पयस्विनी॥ [७]अलम्बुषा॥ [८]०मध्यतः॥ [९]मेढ्रान्तम्॥

1 *YcU* 16-22: „«Limita» (*alambusā*) rămâne în gură”; *VU* V.22-28: „«Limita» (*alambusā*) se întinde până la urechea stângă”.

2 Var. n. ९: „[ajunge la] vârful organului genital masculin (*meḍhra*)”.

अधश्चोर्ध्वं स्थिता नाडी वारुणी सर्वगामिनी[१] ।
[पिङ्गलासंज्ञिता नाडी [२]याम्यनासान्तमिष्यते] ॥ १८ ॥

18. Traseul psiho-energetic (*nāḍī*) care se află dedesubt și deasupra[1]
Este „cea curgătoare" (*varuṇī*), fiind atot-umblătoare (*sarva-gāminī*).
[Traseul psiho-energetic (*nāḍī*) care este numit „cea ardentă" (*piṅgalā*)
Ajunge până la extremitatea dreaptă (*yamya*)[2] a nasului].

इडा तु सव्यनासान्तं संस्थिता मुनिपुंगव[३] ।
यशस्विनी च वामस्य[४] पादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते।
पूषा वामाक्षिपर्यन्ता[५] पिङ्गलायास्तु पृष्ठतः ॥ १९ ॥

19. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
„Cea răcoritoare" (*iḍā*) ajunge până la extremitatea stângă (*savya*[3]) a nasului.
„Cea strălucitoare" (*yaśvinī*) ajunge până la
Extremitatea degetului mare de la piciorul stâng[4].
„Cea hrănitoare" (*pūṣā*) [ajunge] până la extremitatea ochiului stâng
Prin spatele [traseului psiho-energetic] „cea ardentă" (*piṅgalā*).

विचारण्य — याम्यस्य पादेति। याम्यस्य पादस्य योऽङ्गुष्ठस्तत्पर्यन्तमित्यर्थः ॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.21) — ‹De la piciorul drept› (v. n. 4): acel deget mare al piciorului drept, se extinde până la acela – astfel este înțelesul.

पयस्विनी च याम्यस्य कर्णान्तं[६] प्रोच्यते बुधैः ।
सरस्वती तथा चोर्ध्वं गता जिह्वा तथा[७] मुने ॥ २० ॥

20. „Cea plină de sevă" (*payasvinī*) [ajunge] până la
Extremitatea urechii drepte – spun înțelepții.
O, sfinte! La fel, „cea curgătoare" (*sarasvatī*)
Merge în sus până în [vârful][5] limbii.

हस्तिजिह्वा तथा सव्यपादाङ्गुष्ठान्तमिष्यते।
शङ्खिनी नाम या नाडी सव्यकर्णान्तमिष्यते[८] ॥ २१ ॥

21. La fel, și „limba elefantului" (*haṣṭijihvā*) ajunge până la
Extremitatea degetului mare al piciorului drept.
Traseul psiho-energetic (*nāḍī*) numit „scoica" (*śaṅkhī*) ajunge până la
Extremitatea urechii (*karṇa*) stângi.[6]

---

[१] याम्यनासान्तमिष्यते ॥ [२] वाम० ॥ [३] चोत्तरनासान्तं स्थिता वाचस्पते तथा ॥ [४] याम्यस्य ॥ [५] याम्याक्षिपर्यन्तम् ॥ [६] तथा याम्यकर्णान्तम् ॥ [७] तथा चोर्ध्वमा जिह्वायाः स्थिता। चोर्ध्वगा जिह्वान्तं स्थिता। चोर्ध्वानाजिह्वायास्तथा। चोर्ध्वाजिह्वायाश्च तथा। चोर्ध्वगता जिह्वा तथा ॥ [८] उच्यते ॥

1 *I.e.* „cea ardentă" (*piṅgalā*).
2 Var. *n.* २: „stânga (*vāmanā*)".
3 Var.: „dreaptă (*savya*).
4 Var. n. ४: „drept".
5 Var. *n.* ७.
6 *YcU* 16-22: „«Scoica» (*śaṅkhī*) se află în «suportul rădăcină» (*mūlādhāra*)"; *VU* V.22-28: „fața «scoicii» (*śaṅkhī*) se mișcă în jos".

गान्धारा[1] सव्यनेत्रान्ता प्रोक्ता वेदान्तवेदिभिः।
विश्वोदराभिधा नाडी [2]कन्दमध्ये व्यवस्थिता॥२२॥

22. „Cea înmiresmată" (*gāndhārā*) ajunge până la
Extremitatea ochiului drept – Spun cunoscătorii Vedāntei.
Traseul psiho-energetic numit „pântecul universal" (*viśvodarā*)
Se află situat în centrul „nodului" (*kanda*).

नाडीषु वायुसञ्चारः

Curgerea suflurilor prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*)

प्राणोऽपानस्तथा व्यानः समानोदान एव च।
नागः कूर्मश्च कृकरो[3] देवदत्तो धनंजयः॥२३॥

23. „Suflul ce iese" (*prāṇa*), „suflul ce coboară" (*apāna*),
„Suflul răspândit" (*vyāna*) și „suflul echidistant" (*samāna*),
„Suflul urcător" (*udāna*), „șarpele" (*nāga*) și „țestoasa" (*kūrma*),
„Potârnichea" (*kṛkara*), „darul divin" (*devadatta*) și „focul" (*dhanaṁjaya*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — एवमुक्तासु नाडीषु प्राणादयश्चरन्तीत्याह – प्राण इति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Suflul ce iese (*prāṇa*)›: Spune despre „suflul ce iese" (*prāṇa*) etc. care se deplasează prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*) descrise anterior.

एते नाडीषु सर्वासु चरन्ति दश वायवः।
तेषु प्राणादयः पञ्च मुख्याः पञ्चसु[4] सुव्रत।
प्राणसंज्ञस्तथाऽपानः पूज्यः प्राणस्तयोर्मुने॥२४॥

24. Aceste zece sufluri (*vāyu*) curg
Prin toate traseele psiho-energetice (*nāḍī*).
O, preavirtuosule ascet! Cele mai importante dintre acestea
Sunt [primele] cinci: „suflul ce iese" (*prāṇa*) etc.
O, sfinte! Dintre acestea cinci cea numită „suflul ce iese" (*prāṇa*)
Și, de asemenea, „suflul ce coboară" (*apāna*), sunt demne de venerat.
Dintre acestea două „suflul ce iese" (*prāṇa*) [este cel mai important].

विद्यारण्य — दश वायव इति। तत्राऽऽद्या नव देहस्थितिहेतवः। दशमो धनंजयस्तु लौकिकः। यदाहुः – धनंजयाख्यो देहेऽस्मिन्कुर्याद्बहुविधान्त्रवान्। स तु लौकिकवायुत्वान्मृतं च न विमुञ्चतीति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.26) — ‹Zece sufluri (*vāyu*)›: acolo, primele nouă sunt cauzele menținerii trupului, însă al zecelea, „focul" (*dhanaṁjaya*), este lumesc/ordinar (*laukika*). Astfel a fost spus:

> Cel numit „focul" (*dhanaṁjaya*)
> Produce în acest trup multe feluri de sunete/zgomote (*rava*),
> Iar acesta, deoarece este un suflu lumesc (*laukika-vāyu*),
> Nu părăsește nici [trupul] mort.[1]

[1]गान्धारी॥ [2]तुण्ड०॥ [3]कृकलः॥ [4]पञ्च च॥

1 *PsT* II.13cd-14ab.

आस्यनासिकयोर्मध्ये नाभिमध्ये तथा हृदि।
प्राणसंज्ञोऽनिलो नित्यं वर्तते मुनिसत्तम॥२५॥

25. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
Vântul numit „suflul ce iese” (*prāṇa*)
Se mișcă întotdeauna prin mijlocul nasului (*nāsika*) și al gurii/gâtului (*āsya*),
Apoi prin [mijlocul] inimii (*hṛd*), [până] în mijlocul ombilicului (*nābhi*).

विचारण्य — व्यापिनामपि प्राणानां स्थानविशेषेषु कार्यभेदकरतामभिप्रेत्याऽऽह – आस्यनासिकयोरिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.28) — ‹Nasului (*nāsika*) și al gurii/gâtului (*āsya*)›: spune asta având în vedere producerea diferitelor acțiuni în locuri specifice ale suflurilor care sunt pătrunzătoare (*vyāpin*).

अपानो वर्तते नित्यं गुदमध्योरुजानुषु[१]।
उदरे सकले[२] कट्यां नाभौ जङ्घे च सुव्रत॥२६॥

26. O, preavirtuosule! „Suflul ce coboară” (*apāna*) se mișcă întotdeauna
Prin ombilic (*nābhi*), prin întregul abdomen (*udara*),
Apoi prin mijlocul anusului (*guda*)[1], prin șolduri/fese (*kaṭi*) și
Prin coapse (*ūru*), prin genunchi (*jānu*) și prin gambe (*jaṅghā*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — उदरे सकले यावदुदरे। जङ्घे जङ्घायाम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Prin întregul abdomen (*udara*)›: atât cât este abdomenul.

‹Prin gambe (*jaṅghā*)›: în gambe (*jaṅghā*).

विचारण्य — ऊरुसंधिर्वङ्क्षणः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.29) — Articulația coapsei (*ūru-saṁdhi*) este zona pubiană și iliacă (*vaṅkṣaṇa*).

[३]व्यानः श्रोत्राक्षिमध्ये च ककुद्यां गुल्फयोरपि[४]।
[५]प्राणस्थाने गले चैव वर्तते मुनिपुंगव॥२७॥

27. O, întâi-stătătorule între înțelepți! „Suflul răspândit” (*vyāna*) se mișcă
Prin mijlocul urechilor (*śrotra*) și al ochilor (*akṣi*),
Prin spate între umeri (*kakud*),
Prin cele două glezne (*gulpha*) și, de asemenea,
Prin gât (*gala*), care este „lăcașul suflului” (*prāṇasthāna*)[2].

उदानसंज्ञो विज्ञेयः पादयोर्हस्तयोरपि।[६]
समानः सर्वदेहेषु व्याप्य तिष्ठत्यसंशयः[७]।
नागादिवायवः पञ्च त्वगस्थ्यादिषु संस्थिताः॥२८॥

28. Cel numit „suflu urcător” (*udāna*) trebuie cunoscut
Ca fiind în ambele picioare (*pāda*) și în ambele mâini (*hasta*).

[१]गुदमेढ्रोरु(जानु/संधि)षु॥ [२]वृषणे॥ [३]व्यानश्रोत्र०॥ [४]कृकट्याङ्गुष्ठयोरपि॥ [५]घ्रण०॥ [६]उदानः सर्वसंधिस्थो विज्ञेयः पादहस्तयोः॥ [७]असंशयम्॥

1 Var. *n.* १: „Apoi prin anus (*guda*) și penis (*medhra*)”.
2 Var. n. ५: „Prin spațiul nasului (*ghrāṇa*) și, de asemenea, prin gât (*gala*)”.

Fără nici o îndoială că „suflul echidistant” (*samāna*),
Stă pătrunzând întregul trup (*deha*).
Celelalte cinci sufluri, „șarpele” (*nāga*) etc.,
Se află în piele (*tvac*), oase (*aṡthi*) etc.

विद्यारण्य — नागादिवायव इति। नागादीनां बाह्यकोशवर्तित्वं प्राणादीनामन्तःकोशवर्तित्वं चोक्तमन्यत्र – एते प्राणादयः पञ्च मध्यकोशेषु संस्थिताः। त्वगादिपञ्चकोशस्था नागाद्या बाह्यवायवः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.32) — ‹Sufluri, „șarpele” (*nāga*) etc.›: [cele cinci sufluri începând cu] „șarpele” (*nāga*) etc., acționează în învelișurile exterioare, iar [cele cinci sufluri începând cu] „suflul ce iese” (*prāṇa*) etc., acționează în învelișul interior, așa cum a fost spus în altă parte –

Aceștea cinci, „suflul ce iese” (*prāṇa*) etc.,
Se află în învelișurile intermediare,
Suflurile exterioare, „șarpele” (*nāga*) etc.,
Se află în cele cinci învelișuri începând cu pielea (*tvac*) etc.

वायुव्यापाराः

Acțiunile suflurilor (*vāyu*)

निःश्वासोच्छ्वासकासाश्च[१] प्राणकर्म हि सांकृते[२]।
अपानाख्यस्य वायोस्तु विण्मूत्रादिविसर्जनम्॥ २९॥

29. O, Sāṁkṛti! Acțiunile „suflului ce iese” (*prāṇa*) sunt:
Expirarea (*niḥśvāsa*), inspirarea (*ucchvāsa*), tușitul (*kāsa*) etc.[1]
[Acțiunile] celui numit „suflul ce coboară” (*apāna*) sunt:
Eliminarea fecalelor (*viṣ*), urinei (*mūtra*) etc.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — प्राणादिदशवायुव्यापारानाह – निःश्वासेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Expirul (*niḥśvāsa*)›: spune despre acțiunile celor zece sufluri (*vāyu*) începând cu «suflul ce iese» (*prāṇa*).

समानः सर्वसामीप्यं करोति मुनिपुंगव[३]।
उदान ऊर्ध्वगमनं करोत्येव न संशयः॥ ३०॥

30. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
„Suflul echidisant” (*samāna*) face ca totul să fie aproape;
„Suflul urcător” (*udāna*) face, neîndoielnic,
Ca [totul] să meargă în sus;

व्यानो [४]विवादकृत्प्रोक्तो मुने वेदान्तवेदिभिः।
उद्गारादिगुणः प्रोक्तो नागाख्यस्य[५] महामुने[६]॥ ३१॥

31. O, sfinte! „Suflul răspândit” (*vyāna*) este descris de cunoscătorii Vedāntei
Ca producând opoziție/conflict (*vivāda*)[2].

१०कासादि॥ २बृहस्पते॥ ३०सत्तम॥ ४विनाद०॥ ५व्यानाख्यस्य॥ ६बृहस्पते॥

1 Var.: [...] tușitul (*kāsa*) și transpiratul.
2 Var. *n.* ४: „un sunet puternic (*vināda*)” sau „absența oricărui sunet (*vināda*)”.

O, sfânt mare! Calitățile celui numit „șarpele” (*nāga*)[1]
Sunt descrise ca fiind eructarea/vomitarea (*udgāra*) etc.

विद्यारण्य — विवादकृदिति। विवादः प्राणापानयोः परस्परप्रतिबन्धादुभयाभावः। तदुक्तं छान्दोग्ये – यद्वै प्राणिति स प्राणो यदपानिति सोऽपानः। अथ यः प्राणापानयोः संधिः स व्यानः। यो व्यानः सा[२] वाक्। तस्माद्प्राणन्ननपानन्वाचमभिव्याहरतीत्यादि॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.36) — ‹Producând opoziție/conflict (*vivāda*)›: opoziția/conflictul (*vivāda*), din cauza reciprocei opoziții/restricționări a „suflului ce iese” (*prāṇa*) și a „suflul ce coboară” (*apāna*), este ne-existența ambelor. Astfel a fost spus în *Chāndogya*:

> Ceea ce, într-adevăr, respiră/inspiră este [suflul] *prāṇa*;
> Ceea ce expiră este [suflul] *apāna*;
> Iar ceea ce este joncțiunea dintre *prāṇa* și *apāna*, acela este [suflul] *vyāna*;
> Ceea ce este [suflul] *vyāna*, aceea este vorbirea/cuvântul (*vāc*).
> De aceea el articulează vorbirea ne-inspirând și ne-expirând.[2]

धनंजयस्य शोभादि[२] कर्म प्रोक्तं हि सांकृते[३]।
निमीलनादि कूर्मस्य क्षुधा[४] तु[५] कृकरस्य च।
देवदत्तस्य विप्रेन्द्र तन्द्रीकर्म प्रकीर्तितम्[६] ॥३२॥

32. O, Sāṁkṛti! Acțiunea „focului” (*dhanaṁjaya*)
Este descrisă ca fiind strălucirea (*śobha*) etc.[3]
O, domn al înțelepților! [Acțiunile] „țestoasei” (*kūrma*) sunt
Închiderea ochilor (*nimīlana*) etc.,
Iar [acțiunea] „potârnichii” (*kṛkara*) este foamea (*kṣudh*)[4].
Somnolența (*tandrī*) este descrisă ca fiind a „darului divin” (*devadatta*).

नाडीदेवताः
Zeitățile traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)

सुषुम्नायाः शिवो देव इडाया देवता हरिः।
पिङ्गलाया विरञ्चिः[७] स्यात्सरस्वत्या विराण्मुने॥३३॥

33. Sfinte! Śiva este zeitatea „celei milostive” (*suṣumnā*);
Hari este zeitatea „celei răcoritoare” (*iḍā*);
Virañci (Brahmā) este [zeitatea] „celei ardente” (*piṅgalā*);
Virāj este [zeitatea] „celei curgătoare” (*sarasvatī*);

[१]स/सः॥ [२]शोकादि॥ [३]बृहस्पते॥ [४]क्षुतम्॥ [५]क्षुत्तु(ष्णे/ष्णा)। वै॥ [६]कर्म स्यात्तन्द्रीकर्म महामुने॥ [७]विरिञ्चिः॥

1 Var. *n.* ५: „suflul răspândit (*vyāna*)”.
2 *ChU* I.3.3.
3 Var. n. २: „căldură/trișteță (*śoka*)”; cf. *VS* II.54 & *MS* IV.73ab: „deshidratare (*śoṣa*) etc.”, *MkS* XI.807cd & *AS* XXXII.41ab: „intumescența (*śotha*/*śopha*) etc.”, *YyS* IV.71a: „tușitul/strănutul (*kāsa*)”, *ŚU* IV.13: „flegma (*śleṣman*)”.
4 Var. n. ४: „strănutul (*kṣuta*)” & n. ५ (*YyS* IV.70): „strănutul (*kṣut*) și setea (*tṛṣṇa*)”; cf. *MS* IV.72ab: „rapiditatea/dizolvarea (*druta*)”.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — सुषुम्नादिचतुर्दशनाडीदेवताभेदमाह – सुषुम्नाया इति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Cea mioștivă (*suṣumnā*)›: ștpune deșpre diferitele zeități (*devatā*) ale celor 14 trasee psiho-energetice (*nāḍī*) începând cu „cea mioștivă (*suṣumnā*).

विद्यारण्य — उक्तनाडीनामधिष्ठातृदेवता आह – सुषुम्नायाः शिव इत्यादि॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.37) — ‹Śiva ește [zeitatea] „celei mioștive” (*suṣumnā*)›: ștpune despre divinitățile tutelare/protectoare ale traseelor psiho-energetice (*nāḍī*).

पूषाऽधिदेवता[१] प्रोक्ता वरुणा[२] वायुदेवता।
हस्तिजिह्वाभिधायास्तु वरुणो देवता भवेत्[३] ॥ ३४॥

34. A fost ștpus că:
„Cea hrănitoare” (*pūṣā*) ește propria-i zeitate (*i.e.* Pūșan);
„Cea curgătoare” (*varuṇā*) are drept zeitate pe Vāyu;
Varuṇa ește zeitatea celui numit „limba elefantului” (*haștijihvā*);

यशस्विन्या मुनिश्रेष्ठ भगवान्भास्करस्तथा[४]।
अलम्बुसाया अबात्मा[५] वरुणः परिकीर्तितः॥ ३५॥

35. O, întâi-ștătătorule între înțelepți!
Soarele (Bhāșkara) ește domnul „celei ștrălucitoare” (*yaśasvinī*);
Varuṇa – domnul apelor (*abātman*)[1] –
A fost descris ca [fiind zeitatea] „limitei” (*alambusā*);[2]

कुहोः क्षुद्देवता[६] प्रोक्ता गान्धारी चन्द्रदेवता।
शङ्खिन्याश्चन्द्रमास्तद्वत्पयस्विन्याः प्रजापतिः।
विश्वोदराभिधायास्तु भगवान्पावकः पतिः॥ ३६॥

36. Foamea (*kṣudh*) se ștpune că ește zeitatea „Lunii nouă” (*kuhū*);
Luna (*candra*) ește zeitatea „celei înmiresmate” (*gāndhārī*);
Luna (*candra*) ește de asemenea zeitatea „scoicii” (*śaṅkhinī*);
Prajāpati [ește zeitatea] „celei plină de sevă” (*payasvinī*);
Domnul Pāvaka ește zeitatea
Celei numită „pântecul universal” (*viśvodarā*).

नाडीषु चन्द्रसूर्यसञ्चारः

Tranzitul Lunii și a Soarelui prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*)

इडायां चन्द्रमा नित्यं चरत्येव महामुने।
पिङ्गलायां रविस्तद्वन्मुने वेदविदां वर॥ ३७॥

37. O, mare sfânt! [Se știe] desigur că Luna (*candra*)
Se mișcă neîntrerupt prin „cea răcoritoare” (*iḍā*).

---

[१] अधिर्देवता। दिग्देवता॥ [२] वारुणी॥ [३] मुने॥ [४] मुने॥ [५] अलम्बुषा(घम/भिमा)न्यात्मा। अम्व्वात्मा॥ [६] कुर्देवता॥

---

1 Var. *n.* ४: „cel alcătuit din apă (*ambvātman*)” sau „esența apei (*ambvātman*)”.

2 Var. *n.* ४: „Varuṇa a fost descris ca fiind // Esența (*ātman*) traseului psiho-energetic (*dhamanī*) «limita» (*alambuṣā*)”.

O, sfinte, cel mai bun între cunoscătorii *Vedelor*! Soarele (*ravi*)
[Se mișcă neîntrerupt] prin „cea ardentă" (*piṅgalā*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — सदेडापिङ्गलयोश्चन्द्रसूर्यौ चरतः इत्याह – इडायामिति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Cea răcoritoare (*iḍā*)›: ŝpune deŝpre continua mișcare a lunii (*candra*) și a soarelui (*sūrya*) prin [traseele psiho-energetice] „cea răcoritoare" (*iḍā*) și „cea ardentă" (*piṅgalā*).

विद्यारण्य — दिनरात्रिषु विषुवायनग्रहणानि देहे दर्शयितुं तेषां चन्द्रसूर्यायत्तत्वात्तयोरेव तावदेहेऽवस्थानमाह – इडायां चन्द्रमा इति। अत एवेडायां पवनस्योद्गमकालो रात्रिः। प्रवेशकालस्त्वहः। रात्रावहनि च परिपूर्णस्य चन्द्रस्योदयास्तमयनियमात्। पिङ्गलायां तु पवनस्योद्गमो दिनं प्रवेशो रात्रिः। तदुक्तं प्रपञ्चसारे – देहेऽपि मूलाधारेऽस्मिन्समुद्यति[1] समीरणः। नाडीभ्यामस्तमभ्येति घ्राणतो द्विषडङ्गुले। अहोरात्रमिनेन्दुभ्यामूर्ध्वाधोवृत्तिरिष्यते[2] इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.41) — ‹Luna (*candra*) prin „cea răcoritoare" (*iḍā*)›: pentru a arăta în trup echinocțiile (*viṣuva*), solstițiile (*ayana*) și eclipsele (*grahaṇa*) și, datorită dependenței aceŝtora de Lună și de Soare, ŝpune prin urmare deŝpre prezența/așezarea în trup a celor două. Aŝtfel, din cauza determinării/condiționării răsăritului și apusului Lunii prea-pline noaptea și ziua, momentul/timpul (*kāla*) apariției suflului (*pavana*) în „cea răcoritoare" (*iḍā*) eŝte noaptea, iar momentul intrării eŝte ziua, însă apariția suflului (*pavana*) în „cea ardentă" (*piṅgalā*) eŝte ziua iar intrarea eŝte noaptea. Aŝtfel a foŝt ŝpus în *Prapañca-sāra*:

> Aflat acolo, în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*) din trup,
> Suflul se ridică și,
> Prin cele [două] trasee psiho-energetice (*nāḍī*),
> Iese în afară/diŝpare la 12 degete[1] de nas/nări.
>
> Activitatea în sus și în jos, zi și noapte,
> Eŝte considerată a fi datorită Soarelui (*ina*) și Lunii (*indu*).[2]

नाडीषु संवत्सरात्मकप्राणसूर्यसञ्चारः
Tranzitul solar anual al suflului (*prāṇa*) prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*)

पिङ्गलाया इडायां[3] तु वायोः संक्रमणं तु यत्।
तदुत्तरायणं प्रोक्तं मुने [4] वेदान्तवेदिभिः॥ ३८॥

38. O, sfinte! Acea tranziție (*saṁkramaṇa*) a suflului (*vāyu*)
Din „cea ardentă" (*piṅgalā*) în „cea răcoritoare" (*iḍā*)
Eŝte numită de către cunoscătorii Vedăntei
Ca fiind „calea nordică" (*uttarāyaṇa*)[3].

[1]तु समुदेति॥ [2]उच्यते॥ [3]पिङ्गलायामिडायाम्॥ [4]वेदार्थ०॥

1 V. n. 1, p. 39.

2 *PsT* 1.92-93ab.

3 *Uttarāyaṇa* – mișcarea ŝpre nord a Soarelui care începe cu solŝtițiul de iarnă în emisfera nordică. Yoginul fiind așezat cu fața către răsărit, partea dreaptă (*piṅgalā*) eŝte către sud, iar partea ŝtângă (*iḍā*) eŝte către nord; trecerea suflului dintr-o parte în cealaltă reprezintă ŝchimbarea inŝpirului/expirului de la o nară la cealaltă.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — संवत्सरात्मकप्राणसूर्यस्य नाडीराशिसञ्चारतो दिनपक्षमासायनादिग्रहणादिः भवतीत्याह – पिङ्गळाया इति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Din „cea ardentă” (*piṅgalā*)›: ŝpune că din tranzitarea Soarelui (*sūrya*) [sub forma] suflului (*prāṇa*), de-a lungul unui an, prin multitudinea de trasee psiho-energetice (*nāḍī*) rezultă zilele (*dina*), jumătăţile de lună sinodică (*pakṣa*), lunile (*māsa*), jumătăţile de an (*ayana*) etc., eclipsele (*grahaṇa*) etc.

विद्यारण्य — पिङ्गलाया इति। प्राङ्मुखस्थितस्य हि पुरुषस्य पिङ्गला दक्षिणदिशि भवति। इडा तूत्तरदिशि। मकरायनसमये च दक्षिणदिगवस्थितः सूर्यः कर्कटायनपर्यन्तं नित्यमुत्तरो[१] गच्छतीति तदुत्तरायणं यथा। एवं पिङ्गलायां स्थितः पवनः सूर्यात्मा यावत्साकल्येनेडां संक्रामति तावदुत्तरायणमित्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.42) — ‹Din „cea ardentă” (*piṅgalā*)›: deoarece „cea ardentă” (*piṅgalā*) se află în direcţia sudică/dreaptă (*dakṣiṇa*) a persoanei care ŝtă cu faţa către eŝt, iar „cea răcoritoare” (*iḍā*) în direcţia nordică/ŝtângă (*uttara*). Iar Soarele, aflat în direcţia sudică în timpul solŝtiţiului de iarnă (*makarāyana*), merge mereu ŝpre nord până la solŝtiţiul de vară (*karkaṭāyana*) – aŝtfel eŝte „calea nordică” (*uttarāyaṇa*). Aŝtfel, atât timp cât suflul (*pavana*) care eŝte de natura soarelui (*sūrya*), aflat fiind în „cea ardentă” (*piṅgalā*), trece în întregime în „cea răcoritoare” (*iḍā*), tot atâta eŝte pe „calea nordică” (*uttarāyaṇa*) – aŝtfel eŝte înţelesul.

इडायाः[२] पिङ्गलायां तु प्राणसंक्रमणं मुने।
दक्षिणायनमित्युक्तं पिङ्गलायामिति श्रुतिः॥ ३९॥

39. O, sfinte! Iar acea tranziţie (*saṁkramaṇa*) a suflului (*prāṇa*)
Din „cea răcoritoare” (*iḍā*) în „cea ardentă” (*piṅgalā*)
Eŝte numită de scripturi (*śruti*)
„Calea sudică” (*dakṣiṇāyana*)[1] în „cea ardentă” (*piṅgalā*).

विद्यारण्य — इत्थं दक्षिणायनमपि द्रष्टव्यम्। तदुक्तं प्रपञ्चसारे – वामदक्षिणनाडीभ्यां स्यादुदग्दक्षिणायनमिति। कालोत्तरे च – उत्तरं दक्षिणं प्रोक्तं[३] वामदक्षिणसंज्ञितमिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.43) — Tot aŝtfel trebuie percepută/considerată şi „calea sudică” (*dakṣiṇāyana*). Aŝtfel a foŝt ŝpus în *Prapañca-sāra*:

> „Calea nordică ori sudică” eŝte
> Prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*) din ŝtânga ori dreapta.[2]

Iar în *Kālottara*:

> Nordul (*uttara*) şi sudul (*dakṣiṇa*) sunt declarate
> Ca fiind numite ŝtânga (*vāma*) şi dreapta (*dakṣiṇa*).[3]

[१]उत्त(रे/रम्)॥ [२]इडायाम्॥ [३]ज्ञेयम्॥

1 *Dakṣiṇāyana* – mişcarea ŝpre sud a Soarelui care începe cu solŝtiţiul de vară în emisfera nordică.
2 *PsT* I.93cd.
3 *Dkā* VI.23ab.

इडापिङ्गलयोः संधिं यदा प्राणः समागतः।
अमावास्या तदा प्रोक्ता देहे देहभृतां वर॥४०॥

40. Atunci când suflul (*prāṇa*) ajunge la locul de întâlnire
Dintre „cea răcoritoare" (*iḍā*) și „cea ardentă" (*piṅgalā*),
O, tu, cel dintâi dintre întrupați! Atunci se ŝpune că
Are loc în trup „luna nouă" (*amāvāsyā*).

विद्यारण्य — इडापिङ्गलयोरिति। अमावास्यायां हि चन्द्रार्कौ सहैवोदयं सहैवास्तं च प्रतिपद्येते। इडावर्ती च प्राणश्चन्द्रः पिङ्गलावर्ती सूर्यः संधिसमये चोभयत्र प्राणः सम एव वर्तमानः सहैवोदेति सहैव चास्तमेतीति साऽमावास्या॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.44) — ‹Dintre „cea răcoritoare" (*iḍā*) și „cea ardentă" (*piṅgalā*)›: căci atunci când este luna nouă, Luna și Soarele merg împreună atât la răsărit, cât și împreună la apus. Suflul (*prāṇa*) care circulă prin „cea răcoritoare" (*iḍā*) este Luna, prin „cea ardentă" (*piṅgalā*) este Soarele, iar în momentul joncțiunii (*saṁdhi*), suflul (*prāṇa*), circulând în mod egal prin ambele, răsare împreună și apune împreună – aceaŝta este „luna nouă" (*amāvāsyā*).

मूलाधारं यदा प्राणः प्रविष्टः पण्डितोत्तम।
तदाऽऽद्यं विषुवं प्रोक्तं तपसैस्तापसोत्तम॥४१॥

41. O, tu, cel mai bun dintre învățați!
Atunci când suflul (*prāṇa*) intră în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*)
O, tu, cel mai bun dintre asceți!
Atunci este declarat de către asceți începutul echinocțiului (*viṣuva*).

विद्यारण्य — मूलाधारमिति। सूर्यो हि प्राणः। तथा च प्रश्नोपनिषदि – आदित्यो ह वै प्राणो रयिरेव चन्द्रमाः इति। स च प्राणो मूलाधारप्रवेशानन्तरमुदेति। मूर्धप्रवेशानन्तरं घ्राणतो द्विषडङ्गुले चास्तमेति। देवानां चाऽऽद्यविषुवे मेषायने सूर्योदयः। विषुवान्तरे तुलायने चास्तमय इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.45) — ‹„Suportul rădăcină" (*mūlādhāra*)›: suflul (*prāṇa*) este cu adevărat Soarele, fiind aŝtfel [ŝpus] și în *Praśna-upaniṣad*:

> Soarele (*āditya*) este cu adevărat suflul/viața (*prāṇa*),
> Luna (*candramas*) este, desigur, materia (*rayi*).[1]

Iar aceŝt suflu (*prāṇa*) răsare imediat după intrarea în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*), și apune la 12 degete de nas, imediat după intrarea în cap (*mūrdhan*). Răsăritul Soarelui pentru zeități (*deva*) este la echinocțiul (*viṣuva*) inițial de pe calea Berbecului (*meṣāyana*), iar apusul este în celălalt echinocțiu, de pe calea Balanței (*tulāyana*).

प्राणसंज्ञो मुनिश्रेष्ठ मूर्धानं प्राविशद्यदा[१]।
[२]तदन्त्यं विषुवं प्रोक्तं [३]तापसैस्तत्त्वचिन्तकैः॥४२॥

42. O, întâi-ŝtătătorule între înțelepți!
Atunci când cel numit „suflu" (*prāṇa*) intră în cap (*mūrdhan*),
Atunci este declarat sfârșitul echinocțiului (*viṣuva*)
De către asceții care reflectează asupra realului (*tattva*).

[१]प्राविशेद्यदा॥ [२]तदा॥ [३]धार्मिकैः॥

1 *PU* 1.4/5.

विद्यारण्य — प्राणोदयास्तमयसमयौ विषुवद्वयत्वेनोक्तौ। अत्रामावास्यात्वेनोक्तो यः संधिसमयः स एव विषुवद्वयत्वेनोक्तः। द्विशतिकालोत्तरे – मध्ये तु विषुवं प्रोक्तं[1] पुटद्वयविनिःसृतमिति। तत्र दक्षिणाद्वामगमनसमये यः संधिः स उत्तरायण-मध्यवर्तित्वादाद्यविषुवकालः। इतरस्तु दक्षिणायनमध्यवर्तित्वाद्वितीयविषुवकाल इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.46) — Cele două momente ale suflului (*prāṇa*), răsăritul și apusul, au fost descrise prin starea celor două echinocții (*viṣuva*). Aici, prin starea de „lună nouă" (*amāvāsyātva*), a fost descris acel moment de joncțiune (*saṁdhi*) ca fiind același cu cel descris prin starea celor două echinocții (*viṣuva*). Precum în *Dviśati-kālottara*:

> La mijloc este descris echinocțiul (*viṣuva*)
> Care apare din/prin cele două orificii (*puṭa*).[1]

Acolo, în momentul deplasării din dreapta spre stânga, acea joncțiune (*saṁdhi*) este timpul (*kāla*) primului echinocțiu (*viṣuva*) datorită situării la mijlocul „căii nordice" (*uttarāyaṇa*), iar celălalt este timpul celui de al doilea echinocțiu datorită situării la mijlocul „căii sudice" (*dakṣiṇāyana*).

निःश्वासोच्छ्वासनं सर्वं मासानां संक्रमो भवेत्।
इडाया[2] कुण्डलीस्थानं यदा प्राणः समागतः।
सोमग्रहणमित्युक्तं तदा तत्त्वविदां वर॥४३॥

43. Toate inspirările (*niḥśvāsa*) și expirările (*ucchvāsa*) [reprezintă]
Tranzitul [Soarelui pe cer de-a lungul] lunilor (*māsa*).
Atunci când suflul (*prāṇa*) ajunge prin „cea răcoritoare" (*iḍā*)
În lăcașul lui Kuṇḍalī
O, tu, cel dintâi dintre cunoscătorii realului (*tattva*)!
Atunci se spune că are loc eclipsa (*grahaṇa*) de Lună (*soma*).

विद्यारण्य — संक्रमकालमाह – निःश्वासेति। इडाचारिणां निःश्वासोच्छ्वासानां ततः सकाशाद्यः सुषुम्नाप्रवेशकालस्तदश्च पुनः पिङ्गलाप्रवेशकालस्ततः पुनः सुषुम्नाप्रवेशकालः पुनरिडाप्रवेशकाल इति। तेऽविशेषेण संक्रमकाला इत्यर्थः। तदुक्तं कालोत्तरे – संक्रान्तिः पुनरस्यैव स्वस्थानानिलयोगतः[3] इति। स्वस्यानिलस्य यानीडापिङ्गलासुषुम्नास्थानानि तेषां तद्योगत इत्यर्थः। तथा च स्पष्टीकृतं तत्रैव – इडा च पिङ्गला चैव अमा चैव तृतीयका। सुषुम्ना मध्यमे ह्यङ्ग इडा वामे प्रकीर्तिता। पिङ्गला दक्षिणे ह्यङ्ग एषु संक्रान्तिरिष्यते इति। अमा सुषुम्ना। तत्र हि सूर्याचन्द्रमसोः सहैवोदयास्त-मयौ भवत इति। इडाया इति। इडासंचारिणः प्राणस्य [4]चन्द्रात्मकत्वात्तस्य सुप्तसर्पाकारकुण्डलीस्थानेऽन्तर्हितत्वात्स सोमग्रहणकाल इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.47-48) — ‹Inspirările (*niḥśvāsa*)›: spune despre timpul tranziției/echinocțiului vernal (*saṁkrama*). Acel timp (*kāla*) al intrării în „cea miloștivă" (*suṣumnā*) [rezultă] din starea inspirărilor (*niḥśvāsa*) și a expirărilor (*ucchvāsa*) care circulă prin „cea răcoritoare" (*iḍā*), iar apoi, din nou, timpul intrării în „cea ardentă" (*piṅgalā*), iar apoi, din nou timpul intrării în „cea miloștivă" (*suṣumnā*), din nou timpul intrării în „cea răcoritoare" (*iḍā*). Aceste momente de tranziție (*saṁkrama*) sunt ne-distincte (*aviśeṣa*) – astfel este înțelesul. Astfel fiind spus în *Kālottara*:

> Prin conexiunea suflului (*anila*) cu propriul său loc
> Apare din nou, desigur, tranziția (*saṁkrānti*) aceștuia.[2]

[1]ज्ञेयम्॥ [2]इडायाः। इडया॥ [3]स्वस्थानात्स्थानयोगतः॥ [4]चन्द्रात्मत्वात्॥

1 *Dkā* XX.63ab, *AP* CCXIV.17cd & *Bps* VI.100ab.
2 *AP* CCXIV.18ab.

Prin conexiunea (*yoga*) aceștuia cu aceștea, [cu] acele locuri proprii suflului (*anila*): „cea răcoritoare" (*iḍā*), „cea ardentă" (*piṅgalā*) și „cea miloștivă" (*suṣumnā*) – aștfel este înțelesul. Aștfel este clarificat și aici:

„Cea răcoritoare" (*iḍā*) și „cea ardentă" (*piṅgalā*),
Precum și cea de-a treia, „ziua de lună nouă" (*amā*),
„Cea miloștivă" (*suṣumnā*) se află în mijlocul trupului,
„Cea răcoritoare" (*iḍā*) este descrisă ca fiind pe partea ștângă,
„Cea ardentă" (*piṅgalā*) este în trup pe partea dreaptă –
Tranziția (*saṁkrānti*) este considerată ca fiind în aceștea.

„Ziua de lună nouă" (*amā*) este „cea miloștivă" (*suṣumnā*). Acolo, desigur, răsăritul și apusul Soarelui și al Lunii au loc împreună.

‹Din „cea răcoritoare" (*iḍā*)›: datorită naturii lunare (*candra*) a suflului (*prāṇa*) care circulă prin „cea răcoritoare" (*iḍā*), și datorită ștării aceștuia de a fi ascuns în locul lui Kuṇḍalī [care este] sub forma unui șarpe adormit, aceșta este timpul eclipsei lunare (*soma-grahaṇa*) – aștfel este înțelesul.

यदा[१] पिङ्गलया प्राणः कुण्डलीस्थानमागतः।
तदा[२] तदा भवेत्सूर्यग्रहणं मुनिपुंगव[३] ॥४४॥

44. O, întâi-ștătătorule între înțelepți!
Atunci când prin „cea ardentă" (*piṅgalā*)
Suflul (*prāṇa*) ajunge în lăcașul lui Kuṇḍalī,
Atunci are loc eclipsa solară (*sūrya-grahaṇa*).

विद्यारण्य — तथा पिङ्गलयेति। पिङ्गलाचारिणः प्राणस्य सूर्यात्मकत्वात्पूर्ववदेव तस्यापि ग्रहणम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.49) — ‹Atunci când prin „cea ardentă" (*piṅgalā*)›: datorită naturii solare a suflului (*prāṇa*) care circulă prin „cea ardentă" (*piṅgalā*) are loc tot aștfel, de asemenea, ca mai înainte, eclipsa aceștuia.

अन्तस्तीर्थप्राशस्त्यम्

Locurile interioare de pelerinaj (*tīrtha*)

श्रीपर्वतं[४] शिरःस्थाने[५] केदारं तु ललाटके।
वाराणसीं[६] महाप्राज्ञ भ्रुवोर्घ्राणस्य मध्यमे॥४५॥

45. Mare înțelept!
Śrīparvata este în zona capului (*śiras*)[1];
Kedāra este, de asemenea, în frunte (*lalāṭaka*);
Vārāṇasī se află în centrul [zonei] dintre sprâncene (*bhrū*) și nas (*ghrāṇa*);

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — मस्तकाद्याधारान्तं श्रीशैलादिपुण्यस्थलं भवतीत्याह – श्रीपर्वतमिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Śrīparvata›: spune despre locurile sfinte din munți (*śrīśaila*) etc. că sunt partea interioară a suporturilor (*ādhāra*) [pentru concentrare (*dhāraṇā*) și meditație (*dhyāna*)] precum capul (*maṣṭaka*) etc.

[१]तथा॥ [२]यदा॥ [३]०सत्तम॥ [४]पर्वतः॥ [५]शिरस्थाने॥ [६]वाराणसी॥

1 *I.e.* „apertura lui Brahmā" (*brahma-randhra*).

विद्यारण्य — योगिनः शरीरगतस्थानभेदानामेव तत्तत्तीर्थविशेषतामाह – श्रीपर्वत इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.50) — ‹Śrīparvata›: Ṣpune deṣpre caracteriṣticile fiecărui loc de pelerinaj (*tīrtha*) în parte prin diferenţele de situare în corpul yoginului.

[भ्रुवोर्घ्राणस्य यः[1] संधिरिति जाबालकी[2] श्रुतिः]
कुरुक्षेत्रं कुचस्थाने प्रयागं[3] हृत्सरोरुहे।
चिदम्बरं तु[4] हृन्मध्ये आधारे कमलालयम्[5] ॥४६॥

46. [„Joncţiunea nasului cu cele două ṣprâncene”[1] –
Aṣtfel eṣte în scriptura (*śruti*) Jābālakī/Jābālikā.]
Kurukṣetra eṣte în zona sânilor (*kuca*);
Prayāga se află în lotusul inimii (*hṛd*);
Cidambara se află în mijlocul inimii (*hṛd*);
Kamalālaya se află în „suportul (*ādhāra*) [rădăcină]”.

विद्यारण्य — जाबालकी श्रुतिरिति। अथ हैनमत्रिः पप्रच्छ याज्ञवल्क्यं य एषोऽनन्तोऽव्यक्त आत्मा तं कथमहं विजानीयामिति। स होवाच याज्ञवल्क्यः सोऽविमुक्त उपास्यो य एषोऽनन्तोऽव्यक्त आत्मा सोऽविमुक्ते प्रतिष्ठित इति॥ सोऽविमुक्तः कस्मिन्प्रतिष्ठित इति वरणायां नास्यां च मध्ये प्रतिष्ठित इति। का वै वरणा का च नासीति सर्वानिन्द्रियकृतान्दोषान्वारयतीति तेन वरणा भवति। सर्वानिन्द्रियकृतान्पापान्नाशयतीति तेन नासी भवतीति। कतमं[6] चास्य[7] स्थानं भवतीति। भ्रुवोर्घ्राणस्य च यः संधिः स एष द्यौर्लोकस्य परस्य च संधिर्भवतीति। [एतद्वै संधिं संध्यां ब्रह्मविद उपासत इति सोऽविमुक्त उपास्य इति। सोऽविमुक्तं ज्ञानमाचष्टे यो वै तदेतदेवं वेदेति] इति हि तत्र श्रूयते॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.51) — ‹Scriptura (*śruti*) Jābālakī›: aṣtfel eṣte auzit aici –

> Aṣtfel, Atri l-a întrebat pe aceṣta, pe Yājñavalkya:
> — Aceṣt sine (*ātman*) eṣte ne-sfârṣit (*ananta*) ṣi ne-manifeṣtat (*avyakta*), cum aṣ putea eu să-l cunosc pe aceṣta?
>
> Atunci el, Yājñavalkya, a ṣpus:
> — Aceṣta trebuie adorat în Avimukta, căci aceṣt sine (*ātman*), ne-sfârṣit (*ananta*) ṣi ne-manifeṣtat (*avyakta*), eṣte ṣtabilit/consacrat în Avimukta.
>
> — Aceṣt Avimukta, unde se află ṣtabilit?
>
> — Eṣte ṣtabilit la mijloc între [râurile] Varaṇā ṣi Nāṣī.
>
> — Ce eṣte Varaṇā ṣi ce eṣte Nāṣī?
>
> — Deoarece îndepărtează toate defecţele (*doṣa*) produse de organele (*indriya*) [de cunoaṣtere] eṣte [numit] Varaṇā, ṣi deoarece diṣtruge toate păcatele (*pāpa*) produse de organele (*indriya*) [de acţiune] eṣte [numit] Nāṣī.
>
> — Ṣi care eṣte locul aceṣtuia?
>
> — Acea joncţiune (*saṁdhi*) a nasului cu cele două ṣprâncene eṣte cea a lumii cereṣti (*dyaur-loka*) ṣi a celei supreme (*para*). [Cunoscătorii lui *bráhman* venerează cu adevărat aceaṣtă joncţiune (*saṁdhi*) ca fiind timpul joncţiunii (*saṁdhyā*) – aṣtfel trebuie venerat aceṣt Avimukta. Cel care cu

[1] च यः॥ [2] जाबालिका॥ [3] प्रयागः॥ [4] च॥ [5] ०मध्य आधारः कमलालयः॥ [6] कतम॥ [7] कतमच्चास्य॥

1 *JU* II.2.

adevărat îl cunoaște astfel pe acesta, doar acela declară cunoașterea despre Avimukta.][1]

आत्मतीर्थं समुत्सृज्य[१] बहिस्तीर्थानि यो व्रजेत्।
करस्थं स महारत्नं त्यक्त्वा काचं विमार्गते[२] ॥४७॥

47. Cel care, lepădând pe deplin locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*)[2]
Alege locurile de pelerinaj exterioare (*bahiṣ-tīrtha*),
Acela, lepădând marea piatră prețioasă (*mahā-ratna*) ce se află în mâna [sa],
Umblă greșit după [mărgele de] sticlă (*kāca*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — एवं भावनामयमात्मतीर्थं तदेव मुमुक्षुभिः सेव्यमिति स्तौति – आत्मतीर्थमिति। काचम् – काचमणिम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*)›: laudă desigur ceea ce trebuie venerat (*sevya*) de către cei doritori întru mântuire (*mumukṣu*), adică locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*) care devine cu adevărat manifestat prin contemplare (*bhāvanā*).

‹Sticlă (*kāca*)›: adică bijuterie din sticlă (*kāca-maṇi*).

विद्यारण्य — उक्ततीर्थानां वाह्यतीर्थेभ्यो विशेषमाह – आत्मस्थमिति। विमार्गति गवेषते॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.52) — ‹Situat în sine (*ātma-stha*)›: spune despre deosebirea (*viśeṣa*) locurilor de pelerinaj [interioare] descrise față de locurile de pelerinaj exterioare (*bāhya-tīrtha*).

‹Umblă›: caută/tânjește.

भावतीर्थं परं तीर्थं प्रमाणं सर्वकर्मसु।
अन्यथाऽऽलिङ्ग्यते कान्ता अन्यथाऽऽलिङ्ग्यते सुता[३] ॥४८॥

48. Locul de pelerinaj al „inimii” (*bhāva-tīrtha*) este supremul loc de pelerinaj,
Fiind măsura (*pramāṇa*) tuturor acțiunilor (*karman*):
Cu o anumită [atitudine/inimă (*bhāva*)] trebuie îmbrățișată soția,
Cu o altă [atitudine/inimă (*bhāva*)][3] trebuie îmbrățișată fiica.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — देहादिनिर्वर्त्यसर्वकर्मसु तीर्थबुद्धिः गरीयसीत्यर्थः। तत्र दृष्टान्तस्तु – अन्यथेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Cunoașterea locurilor de pelerinaj (*tīrtha*) în privința tuturor acțiunilor/ritualurilor (*karman*) ce trebuie împlinite prin trup etc. este cea mai importantă – astfel este înțelesul.

‹Cu o anumită [atitudine/inimă (*bhāva*)]›: aici [este oferit un] exemplu.

---

[१] आत्मस्थं तीर्थमुत्सृज्य॥ [२] विमार्गति॥ [३] भावेन दुहिताऽन्यथा॥

---

1 *JU* II.1-2.
2 Var. n. **१**: „abandonând locul de pelerinaj situat în sine (*ātma-stha*)”.
3 *V. n.* **३**.

विद्यारण्य — ननु बाह्यानि तीर्थानि प्रत्यक्षतो निरीक्ष्यन्त आन्तराणि तु भावनामात्रसिद्धानीति कथं ततस्तेषामुत्कर्ष इत्यत आह – भावतीर्थमिति। भावः शास्त्रप्रतिपादितेषु [1]प्राकृततीर्थेष्वास्तिक्यबुद्धिः। सा च संसारोत्तरणकारणतया तरन्त्यनेनेति तीर्थं तद्विषयीकृतस्यार्थस्य परमार्थत्वात्प्रमाणं च। बाह्यतीर्थस्नानदानादिषु सर्वेष्वपि कर्मसु सत्येव भावे फलसाधनता नान्यथेति तस्य सर्वत्र प्रमाणतेत्यर्थः। कर्मण एकरूपत्वेऽपि भावभेदस्यैव [2]निषेधानिषेधवैषम्यहेतुत्वमुदाहरति – अन्यथाऽऽलिङ्गत इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.53) — ‹Locul de pelerinaj al „inimii” (*bhāva-tīrtha*)›: dacă ştpune că „fără doar şi poate locurile de pelerinaj exterioare sunt observate în mod direct (*pratyakṣa*), însă cele interioare sunt realizate doar prin contemplare (*bhāvanā*), atunci cum ar putea existaa superioritatea acestora?” „Inima” (*bhāva*) este atitudinea/percepţia credinţei (*āstikya-buddhi*) întru locurile de pelerinaj normale/naturale (*prākṛta-tīrtha*) prezentate de scripturi, iar aceasta este locul de pelerinaj (*tīrtha*) deoarece prin aceasta, fiind cauza traversării/ieşirii din *saṁsāra*, [ei] traversează, fiind şi mijloc valid de cunoaştere (*pramāṇa*), deoarece este adevărul suprem (*paramārtha*) al obiectului devenit perceput de către aceştia. Capacitatea de a produce rezultate în toate acţiunile/ritualurile (*karman*), precum abluţiunea în locurile de pelerinaj (*tīrtha*), dania etc., există doar atunci când există „inima”/atitudinea (*bhāva*) şi nu altfel, fiind astfel orişiunde mijloc valid de cunoaştere (*pramāṇatā*) – astfel este înţelesul.

‹Cu o altă [atitudine/inimă (*bhāva*)] trebuie îmbrăţişată›: exemplifică faptul că, deşi natura acţiunii este una singură, cauza inegalităţii interdicţie|ne-interdicţie (*niṣedha*|*aniṣedha*) este diferenţa de „inimă”/atitudine (*bhāva*).

तीर्थानि तोयपूर्णानि देवान्काष्ठादिनिर्मितान्।
योगिनो न प्रपूज्यन्ते[3] स्वात्मप्रत्ययकारणात्[4] ॥४९॥

49. Yoginii nu onorează
Locurile de pelerinaj (*tīrtha*) pline de apă
Ori zeii (*deva*) făcuţi din lemn etc.
Deoarece demn de încredere este doar propriul sine (*svātman*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — अत एवं तीर्थानीति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Desigur, aici [ştpune despre] locurile de pelerinaj (*tīrtha*) [exterioare].

विद्यारण्य — स्वात्मप्रत्ययेति। स्वात्मन्येव [5]शास्त्रोदीरिततीर्थादिविश्वासवन्त इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.54) — ‹Demn de încredere este doar propriul sine (*svātman*)›: înzestraţi cu credinţă întru locurile de pelerinaj (*tīrtha*) etc. descrise de scripturi (*śāstra*) se află, desigur, în propriul sine (*svātman*) – astfel este înţelesul.

बहिस्तीर्थात्परं तीर्थमन्तस्तीर्थं महामुने।
आत्मतीर्थं [6]महातीर्थमन्यत्तीर्थं निरर्थकम्॥५०॥

50. O, mare sfânt! Faţă de locul de pelerinaj exterior (*bahis-tīrtha*)
Locul de pelerinaj interior (*antas-tīrtha*) este supremul loc de pelerinaj.
Locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*) este marele loc de pelerinaj,
Alte locuri de pelerinaj (*tīrtha*) sunt lipsite de valoare.

[1] प्रकृत०॥ [2] निषेधनिषेध०॥ [3] प्रपद्यन्ते॥ [4] कारिणः॥ [5] शास्त्रोदित०॥ [6] परम्॥

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — तदेवाऽऽत्मतीर्थम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — Aceṣta eṣte, desigur, locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*).

चित्तमन्तर्गतं दुष्टं तीर्थस्नानैर्न शुद्ध्यति[१]।
शतशोऽपि जलैर्धौतं सुराभाण्डमिवाशुचि॥५१॥

51. [Dacă locul de pelerinaj] interior, psihicul (*citta*), eṣte întinat,
Nu poate fi purificat prin abluțiune în locurile de pelerinaj [exterioare],
Asemenea urciorului de vin care [rămâne] impur
Deși eṣte ṣpălat de sute de ori în [multe] ape.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — बाह्यतीर्थस्नानेन कोऽपि न शुध्यतीति सदृष्टान्तमाह – चित्तमिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Psihicul (*citta*)›: ṣpune printr-un exemplu cum că nimeni nu se poate purifica prin abluțiune în sfintele lăcașuri exterioare (*bāhya-tīrtha*).

विषुवायनकालेषु ग्रहणे चान्तरे सदा।
वाराणस्यादिके स्थाने स्नात्वा शुद्धो भवेन्नरः॥५२॥

52. Omul poate deveni întotdeauna pur „îmbăindu-se”
În diverse lăcașuri precum Vārāṇasī etc.,
Pe durata echinocțiilor (*viṣuva*),
A eclipsei (*grahaṇa*) și între [aceṣte evenimente].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — न तथा भावतीर्थस्नानेनेत्याह – विषुवेति। भ्रूमध्यादिस्थानेषु स्वात्मलक्ष्यानुसंधानतः शुद्धात्मैव भवतीत्यर्थः॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Echinocțiilor (*viṣuva*)›: ṣpune că aici, desigur, nu eṣte prin abluțiune în locul de pelerinaj al inimii (*bhāva-tīrtha*). Sinele (*ātman*) devine pur cu adevărat prin inveṣtigarea (*anusaṁdhāna*) semnelor/indiciilor (*lakṣya*) cu privire la propriul sine (*svātman*) în locuri precum mijlocul dintre ṣprâncene (*bhrū-madhya*) etc.

विद्यारण्य — अतः प्रागुक्तपुण्यकालेषु[२] प्रागुक्ततीर्थस्नानेषु चित्तस्थापनलक्षणमेव स्नानं कार्यमित्याह – विषुवेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.57) — ‹Echinocțiilor (*viṣuva*)›: ṣpune că din aceṣt motiv trebuie realizată doar abluțiunea care are drept caracteriṣtică fixarea/ṣuṣpendarea [activității] psihicului (*citta*) în băile locurilor de pelerinaj menționate anterior și în momentele/locurile[1] favorabile menționate anterior.

ज्ञानयोगपराणां तु पादप्रक्षालितं जलम्।
[३]भावशुद्ध्यर्थमज्ञानां[४] तत्तीर्थं मुनिपुंगव[५]॥५३॥

53. O, întâi-ṣtătătorule între înțelepți!
Apa care a ṣpălat picioarele celor devotați [căii] Jñāna-yoga
Eṣte locul de pelerinaj (*tīrtha*) al ne-cunoscătorilor (*ajña*),
Menit să le purifice „inima”/atitudinea (*bhāva*).

[१]शुध्यति॥ [२]०लोकेषु॥ [३]पाप०॥ [४]अज्ञानात्॥ [५]०सत्तम॥

1 V. n. २.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — एवमात्मतीर्थस्नानानधिकारी[1] तीर्थपादचरणोदकस्पर्शतः शुद्धो भवतीत्याह – ज्ञानेति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Jñāna-yoga›: Ṣpune că devine pur (*śuddha*) prin contaćtul cu apa locului de pelerinaj (*tīrtha*) al tălpilor picioarelor celor meritorii (*adhikārin*)[1] – aṢtfel sunt abluțiunile în locul de pelerinaj al sinelui (*ātma-tīrtha*).

विद्यारण्य — उक्तयोगासमर्थानामपि लघुप्रशस्तं चोपायमाह – ज्ञानयोगेति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XI.58) — ‹Jñāna-yoga›: Ṣpune deṢpre calea (*upāya*) considerată a fi mai potrivită și mai ușoară ćhiar și celor ne-putincioși întru Yoga menționată.

आत्मनि शिवदृष्टिः

Vizualizarea lui Śiva în propriul sine[2]

तीर्थे दाने जपे यज्ञे[2] काष्ठे पाषाणके सदा।
शिवं पश्यति मूढात्मा शिवे[3] देहे प्रतिष्ठिते[4] ॥५४॥

54. Mintea proaṢtă (*mūḍha*) îl caută pe Śiva întotdeauna
În locul de pelerinaj (*tīrtha*) [exterior], în ofrandă (*dāna*), în rugăciune (*japa*),
În sacrificiu (*yajña*), în [reprezentări din] lemn și piatră [etc.],
Când, de fapt, Śiva eṢte ferm Ṣtabilit în trupul [său].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — स्वाज्ञाः स्वातिरिक्तात्मानं द्रष्टुमिच्छन्ति स्वज्ञाः स्वात्मानं पश्यन्तीत्याह – तीर्थे इति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹În locul de pelerinaj (*tīrtha*) [exterior]›: Ṣpune că cei care nu se cunosc pe sine (*svājña*) doresc să vadă/perceapă sinele (*ātman*) ca fiind diferit de sine (*svātirikta*), dar cei care se cunosc pe sine (*svajña*) văd/percep propriul sine (*svātman*).

[सर्वत्रावस्थितं शान्तं न प्रपश्यन्ति शंकरम्।
ज्ञानचक्षुर्विहीनत्वाद्हो मायाबलं मुने।]
अन्तःस्थं[5] मां परित्यज्य बहिष्ठं यस्तु सेवते।[6]
हस्तस्थं पिण्डमुत्सृज्य लिहेत्कूर्परमात्मनः॥५५॥

55. [O, înțeleptule! Nu-l văd pe Śaṅkara
În pace, aflat orișiunde.
Puterea iluziei (*māyā*)
EṢte din cauza lipsei oćhiului cunoașterii (*jñāna-cakṣus*).]
Cel care venerează cele exterioare,
Abandonându-mă pe deplin pe Mine, care mă aflu în interiorul [său,
EṢte precum cel care] își linge propriul cot,
Aruncând bolul de mâncare din mână.

[1] अधिकारे॥ [2] तपोयज्ञे॥ [3] शिवः॥ [4] प्रतिष्ठितः॥ [5] अन्तस्थम्॥ [6] आत्मस्थं यः शिवं त्यक्त्वा बहिस्थं यजते शिवम्॥

1 Var.: „celor versați în Vedānta (*adhikārin*)”.
2 *Cf. YśU* 1.168 & *SkU* 10.

शिवमात्मनि पश्यन्ति प्रतिमासु न योगिनः।
अज्ञानां[1] भावनार्थाय प्रतिमाः परिकल्पिताः॥५६॥

56. Yoginii îl caută pe Śiva în propriul sine (*ātman*),
Nu în reprezentări/icoane (*pratimā*),
Căci reprezentările/icoanele (*pratimā*) au fost create
Pentru ca cei ne-cunoscători (*ajña*) să-L înțeleagă [pe Śiva].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — अत एव शिवमिति। अयोगिजनानुकम्पया प्रतिमाऽपि विकल्पितेत्याह – अज्ञानामिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Din acest moment despre Śiva [spune].

‹Cei ne-cunoscători (*ajña*)›: spune că reprezentarea/icoana (*pratimā*) a fost concepută din compasiune pentru oamenii lipsiți de practica Yoga.

विद्यारण्य — प्रतिमानामुपयोगमाह – अज्ञानामिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.62) — ‹Cei ne-cunoscători (*ajña*)›: spune despre utilizarea reprezentărilor/icoanelor (*pratimā*).

ब्रह्मदर्शनेन ब्रह्मभावः
Devenind *bráhman* vizualizându-l

अपूर्वमपरं[2] ब्रह्म स्वात्मानं सत्यमद्वयम्।
प्रज्ञानघनमानन्दं यः पश्यति स पश्यति॥५७॥

57. Cel care-l vede pe *bráhman* – cel fără precedent (*apūrva*) și fără rival (*apara*),
Existență/realitate (*satya*) ne-dual (*advaya*), beatitudine (*ānanda*)
Care nu este nimic altceva decât înțelepciune (*prajñāna-ghana*) –
În propriul sine (*ātman*), acela vede [cu adevărat].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — निर्विशेषं ब्रह्म यः पश्यति स तदेव भवतीत्याह – अपूर्वमिति। यस्मात्पूर्वं कारणं परं कार्यं वा न विद्यते तत्कार्यकारणकलनाशून्यं ब्रह्म स्वमात्रमिति यः पश्यति स तन्मात्रमवशिष्यते इत्यर्थः॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Cel fără precedent (*apūrva*)›: spune cum că cel care-l vede pe *bráhman* fără de caracteristici (*nirviśeṣa*), acela cu adevărat este acesta (*i.e. bráhman*). Deoarece nu există la început (*pūrva*) o cauză (*kāraṇa*), ori la final (*para*) un efect (*kārya*), cel care-l vede/percepe pe *bráhman* în sine însuși (*svamātra*) ca fiind vacuitatea/absența (*śūnya*) manifestării (*kalanā*) efectului (*kārya*) ori a cauzalității (*kāraṇa*) acestuia, acela rămâne doar acesta (*i.e. bráhman*) – aceasta este înțelesul.

विद्यारण्य — अपूर्वं कारणरहितमनपरं कार्यरहितं निष्कलमखण्डमद्वयं सच्चिदानन्दैकरसमित्यर्थः। स पश्यतीति। तदीयमेव दर्शनं फलवदित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.63) — ‹Cel fără precedent (*apūrva*)›: lipsit de cauză (*kāraṇa*), fără alteritate (*anapara*), lipsit de acțiune/efect (*kārya*), fără de părți (*niṣkala*), ne-fragmentat (*akhaṇḍa*), ne-dual (*advaya*), o singură esență: ființă-conștiință-beatitudine (*sat-cit-ānanda*) – astfel este înțelesul

‹Acela vede›: doar vederea (*darśana*) aceluia este roditoare – astfel este înțelesul.

[1] अज्ञानम्॥ [2] अपूर्वानपरम्॥

सर्वभूतस्थमात्मानं विशुद्धज्ञानदेहिनम्।
स्वात्मन्यपश्यन्बाह्येषु पश्यन्नपि न पश्यति॥
Ne-văzând în propriul sine (*svātman*)
Sinele (*ātman*) aflat în toate ființele,
Întrupare a prea-purei cunoașteri (*jñāna*),
Deși văzând cele exterioare, nu vede.

विद्यारण्य — अन्तर्योगाभावे केवलबहिर्योगस्य वैफल्यमाह – सर्वभूतेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.64) — ‹Toate ființele›: spune despre lipsa de rodire doar a practicii exterioare (*bahir-yoga*), atunci când nu există practica interioară (*antar-yoga*).

देवतां महतीमन्यामुपास्ते स्वात्मनो नरः[1]।
न स वेद परं तत्त्वमथ योऽन्यामिति श्रुतिः॥
Omul care venerează marea divinitate
Ca fiind alta decât propriul sine (*svātman*),
Acesta nu cunoaște supremul real (*para-tattva*) –
În scriptură (*śruti*): „acesta [venerează] pe altcineva”[1].

विद्यारण्य — महतीं देवतां परशिवात्मिकां स्वात्मनः सकाशादन्यां य उपास्ते भेदेन स मूढः पशुरित्यर्थः। अथ योऽन्यामिति श्रुतिरिति। वाजसनेयके हि श्रूयते – अथ योऽन्यां देवतामुपास्ते। अन्योऽसावन्योऽहमस्मीति न स वेद यथा पशुरेवं स देवानां यथा ह वै बहवः पशवो मनुष्यं भुञ्ज्युरेवमेकैकः[2] पुरुषो देवान्भुनक्त्येकस्मिन्नेव पशावादीयमानेऽप्रियं भवति किमु बहुषु। तस्मादेषां तन्न प्रियं यदेतन्मनुष्या विद्युः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.65) — ‹Marea divinitate› a cărei natură este Paraśiva, cel care o venerează prin diferențiere, ca fiind o alta față de propriul sine (*svātman*), acesta este un animal confuz/rătăcit – astfel este înțelesul.

‹În scriptură (*śruti*): „acesta [venerează] pe altcineva”›: desigur, în scriptura alcătuită de Yājñavalkya –

> Astfel, cel care venerează divinitatea ca fiind alta „alta este ea, altul sunt eu” – acela nu știe, acesta fiind, desigur, aidoma unui animal pentru zei. Așa cum o mulțime de animale hrănesc omul, fiecare om în parte hrănește zeii. Atunci când chiar și un singur animal este luat, devine ne-plăcut, cu atât mai mult când sunt mai multe. De aceea nu este plăcut pentru aceștia ca oamenii să cunoască aceasta.[2]

नाडीपुञ्जं सदाऽसारं[3] नरभावं महामुने।
[4]समुत्सृज्याऽऽत्मनाऽऽत्मानमहमित्यवधारय[5] ॥५८॥
58. O, mare sfânt! Mulțimea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*),
[Parte din] natura omului dar lipsită întotdeauna de valoare,
Fiind abandonată definitiv de la/prin sine –
Reflectă asupra [noțiunii]: „Eu sunt sinele (*ātman*)”!

[1]अन्यतः॥ [2]मानुष्यं भेजिरेवमेकैकः॥ [3]सारम्॥ [4]समृत्सृज्य॥ [5]इत्येव धारय॥

1 *BāU* I.4.10.
2 *BāU* I.4.10.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यावच्चित्तशुद्धिः तावन्नरभावनया योगं युञ्जित ततः शुद्धावुदितायां नरभावं विहाय ब्रह्मभावेन वर्तस्वेत्याह – नाडीति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)›: Spune că pentru puritatea psihicul (*citta-śuddhi*) trebuie să rămână concentrat în *yoga* (*i.e. samādhi*) prin contemplarea [naturii] omului (*i.e. nāḍī* etc.); astfel, atunci când apare această puritate (*śuddhi*), abandonând natura omului, rămâi stabilit întru realitatea lui *bráhman*!

विद्यारण्य — भेदेन चेन्नोपासनीयं तर्हि कथमित्यत आह – नाडीपुञ्जमिति। नर इति भावोऽहमभिमानो यस्मिंस्तं नाडीपुञ्जमसारं तदुपलक्षितं शरीरत्रयमुपाधिभूतमात्मना[१] समुत्सृज्य बुद्ध्या विविच्याऽऽत्मानमहमित्यवधारय परमात्मानं प्रत्यक्तादात्म्येनानुसंधेहीत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.66) — ‹Mulțimea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)›: dacă Spune „dacă nu trebuie venerat prin diferențiere (*bheda*), atunci cum?” Natura „omului”[1] fiind greșita concepție deSpre „eu” (*aham-abhimāna*), abandonând pe deplin de la/prin sine acea mulțime de trasee psiho-energetice (*nāḍī*) observată astfel ca fiind lipsită de esență, iar întreitul corp (*śarīra*) devenit condiționare/limitare (*upādhi*), discernând prin intelect (*buddhi*), realizează/determină că „eu” (*aham*) este sinele (*ātman*), contemplă astfel prin starea de identitate a sinelui suprem (*parama-ātman*) cu cel interior (*pratyañc*)! – astfel este înțelesul.

अशरीरं शरीरेषु महान्तं विभुमीश्वरम्।
आनन्दमक्षरं[२] साक्षान्मत्वा धीरो न शोचति॥५९॥

59. Considerându-l în mod direct în [toate] corpurile (*śarīra*)
Pe domn (*īśvara*) ne-corporal (*aśarīra*), mare și atot-prezent,
Beatitudine (*ānanda*) și ne-pieritor (*akṣara*),
Cel înțelept/ferm (*dhīra*) nu se întristează.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यः कोऽप्येवमात्मानं जानाति स कृतकृत्यो भवतीत्याह – अशरीरमिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Ne-corporal (*aśarīra*)›: Spune că acela, orișicine, care cunoaște sinele (*ātman*), a împlinit cele de îndeplinit (*kṛta-kṛtya*).

विद्यारण्य — उक्तेऽर्थे काठकश्रुतिमर्थत उदाहरति – अशरीरमिति। श्रुतिपाठस्त्वेवम् – अशरीरं शरीरेष्वनवस्थेष्ववस्थितम्। महान्तं विभुमात्मानं मत्वा धीरो न शोचति इति। मत्वा ज्ञात्वा॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.67) — ‹Ne-corporal (*aśarīra*)›: în ceea ce privește sensul enunțat citează cu adevărat din scriptura (*śruti*) *Kaṭhaka*, iar textul scripturi este astfel –

> Considerând sinele (*ātman*) ca fiind cel atot-pătrunzător (*vibhū*),
> Cel mare (*mahat*), cel ne-corporal (*aśarīra*) aflat în corpuri (*śarīra*),
> Cel statornicit în cele ne-statornicite,
> Înțeleptul (*dhīra*) nu se întristează.[2]

‹Considerând›: cunoscând.

---

[१] उपधित्रयभूतमात्मना॥ [२] ईश्वरम्॥

---

1 Var.: „Înțelesul [cuvântului] ‹om›”.

2 *KU* I.2.22.

विभेदजनकेऽज्ञाने[१] नष्टे ज्ञानबलान्मुने[२] ।
आत्मनो ब्रह्मणो भेदमसन्तं किं[३] करिष्यति ॥ ६० ॥

60. O, sfinte! Atunci când, prin puterea cunoașterii (*jñāna*),
Dispare ne-cunoașterea (*ajñāna*) care produce diferențierea (*vibheda*)
Dintre sinele [individual] (*ātman*) și cel suprem (*bráhman*) –
Ce va face atunci ne-existenta diferență (*bheda*)?

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — स्वाज्ञानजभेददृष्ट्यपाये निर्भेदं ब्रह्म प्रसीदतीत्याह – विभेदेति। वस्तुतः कालत्रयेऽप्यसंभवभेदः किं करिष्यति। स्वस्य लब्धात्मकत्वान्निर्भेदं ब्रह्मावशिष्यते इत्यर्थः ॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Diferențierea (*vibheda*)›: Spune că atunci când dispare vederea diferențiată (*bheda-dṛṣṭi*) apărută din ne-cunoașterea (*ajñāna*) de sine, devine clar *bráhman* fără de diferențiere (*nirbheda*). În realitate, ce poate face acea diferență (*bheda*) care este pe deplin ne-existentă în cele trei timpuri (*i.e.* trecut, prezent & viitor)? Din dobândita stare a alcătuirii de sine rămâne doar *bráhman* fără de diferențiere (*nirbheda*) – aceasta este înțelesul.

विद्यारण्य — तावतैव शोकाभावे कारणमाह – विभेदेति। निरतिशयानन्दपरशिवस्वरूपस्य हि जीवस्य तथात्वापरिज्ञाननिबन्धनो यो भेदः स एव सांसारिकसकलक्लेशहेतुरैकात्म्यज्ञानेन तादृगज्ञाननिवृत्तौ ब्रह्मणः सकाशादात्मनो जीवस्य तन्निबन्धनभेदाभावान्निर्हेतुकः संसारशोक इत्यर्थः ॥

Vidyāraṇya (*SūS* XI.68) — ‹Diferențierea (*vibheda*)›: Spune că doar prin aceasta este cauza (*kāraṇa*) ne-existenței întristării (*śoka*). Acea diferențiere (*bheda*) determinată de totala ne-cunoaștere a adevăratei naturi a sinelui individual (*jīva*) – a cărui proprie natură este Paraśiva, beatitudine (*ānanda*) fără de egal – chiar aceasta este cauza tuturor suferințelor lumești (*saṁsārika*). Atunci când dispare o astfel de ne-cunoaștere prin cunoașterea [stării de] identitate [dintre sinele individual (*jīva-ātman*) și sinele suprem (*parama-ātman*/*bráhman*)], datorită ne-existenței diferențierii (*bheda*) sinelui individual (*jīva-ātman*) față de *bráhman* determinată de această [ne-cunoaștere], suferința lumească (*saṁsāra-śoka*) este fără de cauză – astfel este înțelesul.

इति दर्शनोपनिषत्सु चतुर्थः खण्डः ॥

Astfel a fost al patrulea capitol din *Darśana-upaniṣad*

[१]ज्ञाने ॥ [२]ज्ञानवतां मुने ॥ [३]कः ॥

Capitolul v

नाडीशोधनम्
Purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)

सम्यक्कथय मे ब्रह्मन्नाडीशुद्धिं समासतः ।
यया[१] शुच्या सदा ध्यायञ्जीवन्मुक्तो भवाम्यहम् ॥ १ ॥

1. — O, *brahmán*-ule! Spune-mi pe scurt și pe de-a-ntregul
Despre purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*),
Purificare prin care eu, meditând neîncetat,
Să devin izbăvit în timpul vieții (*jīvanmukta*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — नरभावभावितनाडीशुद्धिबुभुत्सया पृच्छतीत्याह – सम्यगिति ॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Pe de-a-ntregul›: spune că întreabă din dorința de a cunoaște purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) ce sunt manifestate în alcătuirea/natura omului.

सांकृते शृणु[२] वक्ष्यामि[३] नाडीशुद्धिं समासतः ।
विध्युक्तकर्मसंयुक्तः कामसंकल्पवर्जितः ॥ २ ॥

2. — Sāṁkṛti, ascultă! [Acum][1] o să descriu pe scurt
Despre purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*):
Înzestrat cu o conduită (*karman*) conform prescripțiilor (*vidhi*),
Lipsit de dorințe (*kāma*) și construcțe mentale (*saṁkalpa*)[2],

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — कस्तत्प्रकारः इत्यत्र – विध्युक्तेति ॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Conform prescripțiilor (*vidhi*)›: care este calea acestei aici?

विद्यारण्य — यतो नाडीचक्रज्ञानाधीनं तत्र चित्तप्रणिधानपूर्वकं नाडीशोधनमतस्तदनन्तरं तत्कथनमिति प्रतिजानीते – अथात इति। पापनिबन्धनस्य शोधनसमये नाडीस्खलनस्य[४] परिहारायाऽऽह – विध्युक्तेति। चित्तविक्षेपनिबन्धनस्य परिहारायाऽऽह – कामेति ॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.1) — ‹Acum›: deoarece purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*), precedată de fixarea atenției/psihicului (*citta-praṇidhāna*) acolo, depinde de cunoașterea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) și a vortexurilor psiho-energetice (*cakra*)[3], de aceea promite expunerea acestora mai departe.

‹Conform prescripțiilor (*vidhi*)›: spune pentru evitarea prăbușirii/scurgerii (*skhalana*) [suflului] în traseele psiho-energetice (*nāḍī*)[4] în timpul purificării condiționării (*nibandhana*) cauzate de păcate (*pāpa*)[5].

---

[१] यथा ॥ [२] श्रुणु ॥ [३] अथातः संप्रवक्ष्यामि ॥ [४] नाडी(स्तव/संवल)नस्य ॥

---

1 V. n. ३.
2 Var. „Lipsit de diferite feluri de dorințe”
3 Var.: „cunoașterea multitudinii (*cakra*) de trasee psiho-energetice (*nāḍī*)”.
4 Var.: „evitarea dispariției în”.
5 Var.: „în timpul purificării celui condiționat de păcate (*pāpa*)”.

‹Dorințe (*kāma*)›: Spune pentru evitarea condiționării cauzate de agitația/confuzia psihicului (*citta-vikṣepa*).

यमाद्यष्टाङ्गसंयुक्तः शान्तः सत्यपरायणः।
[गुरुशुश्रूषणरतः पितृमातृपरायणः] ॥३॥

3. Înzestrat cu cele opt părți (*aṣṭāṅga*) – regulile obligatorii (*yama*) etc.,
Calm (*śānta*), al cărui scop final este Adevărul (*satya*),
[Dedicat slujirii/ascultării maestrului (*guru*)
Pe deplin devotat tatălui și mamei,]

स्वात्मन्यवस्थितः[१] सम्यग्ज्ञानिभिश्च सुशिक्षितः।
पर्वताग्रे नदीतीरे बिल्वमूले वनेऽथवा[२] ॥४॥

4. Ferm și pe deplin stabilit în propriul sine (*ātman*),
Bine instruit de către cunoscători (*jñānin*).
Pe vârf de munte, pe malul unui râu,
La rădăcina unui [arbore] *bilva* sau într-o pădure,

विद्यारण्य — ज्ञानिभिरिति। शोधनेऽनुभवपर्यन्तं ज्ञानवद्भिः। ऐकाग्र्यानुकूलं देशमाह – पर्वताग्र इत्यादि॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.3) — ‹De către cunoscători (*jñānin*)›: de către cei care posedă cunoașterea (*jñānavat*), până la percepția directă (*anubhava*), în procesul de purificare (*śodhana*).

‹Pe vârf de munte› etc.: Spune despre un loc favorabil concentrării [atenției].

मनोरमे शुचौ देशे मठं कृत्वा समाहितः[३]।
[फलमूलैः सुसंपूर्णैर्वारिभिश्च सुसंयुते।
सुशोभनं मठं कृत्वा सर्वरक्षासमन्वितम्।
त्रिकालस्नानसंयुक्तः श्रद्दधानः समाहितः।
विरजानलजं[४] भस्म गृहीत्वा वाऽग्निहोत्रजम्।
अग्निरित्यादिभिर्मन्त्रैर्जाबालैः सप्तभिर्मुने।
षडभिर्वाऽऽथर्वणैर्मन्त्रैः समुद्धूल्य ततः परम्।
तिर्यक्त्रिपुण्ड्रमुरसा शिरसा बाहुमूलतः।
धारयेत्परया भक्त्या देवदेवं प्रणम्य च।
सरस्वतीं सुसंपूज्य स्कन्दं विघ्नेश्वरं[५] गुरुम्।
चन्द्रमादित्यमनिलं तथैवाग्निं महामुने।]
आरभ्य[६] चाऽऽसनं पश्चात्प्राङ्मुखोदङ्मुखोऽपि वा॥५॥

5. Într-un loc curat și plăcut,
Făcând în mod corect o colibă (*maṭha*),[1]
[Într-un loc plin cu fructe și rădăcini
Și bine înzestrat cu ape.
Făcând coliba foarte frumoasă/bine,

[१]स्वाश्रमे संस्थितः॥ [२]तथा॥ [३]वेदघोषसमन्विते॥ [४]विरजानलकम्॥ [५]विश्वेश्वरम्॥ [६]आरुह्य॥

1 Var. n. ३: „Plin de sunetele recitării *Vedelor*”.

Înzeștrată cu toată protecția (*rakṣā*),
Practicând abluțiunea/îmbăierea de trei ori pe zi,
Plin de credință (*śraddadhāna*) și adunat în sine (*samāhita*),
Luând cenușa născută din focul pur (*virajā-anala*)[1]
Ori pe cea născută din *agnihotra*,
O, înțeleptule! cu cele șapte formule (*mantra*) Jābāla
Care încep cu „focul" (*agni*)[2]
Sau cu cele șase formule (*mantra*) *ātharvaṇe*,
Acoperindu-se pe deplin [cu ea] după aceea,
Să poarte trei linii orizontale (*tiryañc-tri-puṇḍra*)
Pe piept (*uras*), pe cap (*śiras*) și la rădăcina brațelor (*bāhu-mūla*),
O, mare înțelept! și prosternându-se cu supremă devoțiune
Zeului-zeilor (*deva-deva*),
Prea-venerându-i pe Sarasvatī,
Pe Skanda, pe Vighneśvara, pe maestru (*guru*),
Pe Candra (Luna), pe Āditya (Soare), pe Anila (Vânt)
Și, de asemenea, pe Agni (Foc).]
Iar apoi, începând cu postura (*āsana*),
Cu fața spre est (*prāñc*) ori cu fața spre nord (*udañc*),

विचारण्य — पावनत्वाय वैदिकाधिष्ठितं देशमाह – वेदघोषेति। नतु योगाभ्याससमये वेदघोषापेक्षा। समे शुचौ शर्करावह्निवालुकाविवर्जिते शब्दजलाश्रयादिभिः। मनोऽनुकूले न तु चक्षुपीडने गुहानिवाताश्रयणे प्रयोजयेदिति श्वेताश्वतरश्रुतेः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.4) — ‹Plin de sunetele recitării *Vedelor*›: spune despre un loc stabilit de tradiția vedică pentru purificare, însă nu există necesitatea sunetelor recitării *Vedelor* în timpul practicii Yoga. În scriptura *Śvetāśvatara*:

> Trebuie să practice într-o peșteră sau un adăpost ferit de vânt,
> Pe un loc plan și curat, pe deplin lipsit de pietriș, foc ori nisip,
> Ori de cele ce sunt cu zgomot de apă, de locuințe etc.,
> Favorabil minții (*manas*) și ne-supărător pentru ochi.[3]

समग्रीवशिरःकायः संवृतास्यः सुनिश्चलः।
नासाग्रे शशभृद्बिम्बे बिन्दुमध्ये[१] तुरीयकम्।
स्रवन्तममृतं पश्येन्नेत्राभ्यां सुसमाहितः॥ ६॥

6. Cu gâtul (*grīva*), capul (*śiras*) și trunchiul (*kāya*) pe aceeași linie,
Cu gura închisă și pe deplin fără de mișcare (*suniścala*),
„A patra parte" (*turīyaka*) – nectarul (*amṛta*) care picură –
Aflată în mijlocul picăturii/punctului (*bindu*) situat în discul Lunii[4]

[1] म(ध्यतु/ध्यं) तु। ०बिम्बम् बिन्दुमच्च॥

1 V. *virajāgni – DbhP* xi.10.1-33.
2 V. *BhjU* 4: *oṁ agnir-iti bhasma, vāyur-iti bhasma, jalam-iti bhasma, sthalam-iti bhasma, vyometi bhasma, sarvaṁ ha vā idam bhasma, mana etāni cakṣuṁṣi bhasmāni*.
3 *ŚaU* ii.10.
4 Lit. „Purtătorul de iepure" (*śaśabhṛt*).

Din vârful nasului (*nāsāgra*),
Trebuie privită cu ochii (*netra*) de către cel bine „adunat” (*susamāhita*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — स्रवदमृतचन्द्रबिम्बं नासाग्रेऽवलोकयन् योगं समारभेदित्यर्थः ॥

Upaniṣadbrahmayogin — Trebuie să înceapă practica (*yoga*) privind discul Lunii (*candra*) din care picură nectarul (*amṛta*) și care se află în vârful nasului (*nāsāgra*) – astfel este înțelesul.

विद्यारण्य — समग्रीवेति। तथाच गीतासु – समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः। संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन्। प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः। मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः इति। नासाग्र इति। नासाग्रे चन्द्रबिम्बं तत्र यत्तुरीयकं यकाराच्तुर्थं वकारं सबिन्दुकममृतस्त्राविणं स्मरन्नेत्राभ्यामपि तमेव देशं पश्यन्नित्यर्थः। तदुक्तमागमे – नासाग्रे मण्डलं चान्द्रं ज्योत्स्नाजालसमन्वितम्। नादबिन्दुयुजा[१] मध्ये वकारेण विराजितम्। ध्यायन्प्रपूरयेद्वायुमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.10) — ‹Cu gâtul (*grīva*) ... pe aceeași linie›: astfel este în *Gītā* –

> Ne-clintit, ținând ne-mișcat
> Corpul, capul și gâtul, drepte,
> Ațintind privirea spre vârful propriului nas
> Și ne-privind în [alte] direcții,
>
> Cel care s-a potolit pe sine, lipsit de frică,
> Aflat în legământul castității (*brahmacārī*),
> Stăpânindu-și mintea (*manas*), cu gândul la mine,
> Cel unit trebuie să stea avându-mă drept ultim scop.[1]

‹Din vârful nasului (*nāsāgra*)›: acolo privind cu ambii ochi, desigur, discul Lunii (*candra-bimba*) aflat în vârful nasului (*nāsāgra*), meditând/amintindu-și în acel loc de cea de-a patra (*turīyaka*), de silaba va care este a patra de la silaba ya, împreună cu *bindu* (*i.e.* vaṁ) din care curge nectarul (*amṛta*) – astfel este înțelesul. Astfel este spus în scriptură (*āgama*) –

> Trebuie să inspire pe deplin aerul (*vāyu*)
> Meditând asupra discului Lunii (*maṇḍala-candra*) din vârful nasului,
> Înzestrat cu un halou de lumină (*jyotsnā-jāla*),
> Strălucitor în mijloc prin silaba va împreună cu *nāda* și *bindu*.

[२]इडया प्राणमाकृष्य पूरयित्वोदरस्थितम्[३] ।
ततोऽग्निं देहमध्यस्थं ध्यायज्ज्वालावलीयुतम्[४] ॥७॥

7. Trăgând suflul (*prāṇa*) prin „cea răcoritoare” (*iḍā*),
Umplându-l pe cel aflat în interior/abdomen (*udara*),
Trebuie să mediteze asupra focului (*agni*) situat în mijlocul trupului
Ca fiind alcătuit dintr-un val de flăcări (*jvālāvalī*).

[१]०युतम्॥ [२]इडायाः॥ [३]उदरे स्थितम्॥ [४]०मयम्॥

1 *BhG* vi.13-14.

बिन्दुनादसमायुक्तमग्निबीजं विचिन्तयेत्।
पश्चाद्विरेचयेत्सम्यक्प्राणं[१] पिङ्गलया बुधः॥८॥

8. Trebuie să considere sămânța focului (*agni-bīja*)
Ca fiind înzestrată cu *nāda* și *bindu*.
După aceea înțeleptul trebuie să elimine pe deplin
Suflul (*prāṇa*) prin „cea ardentă" (*piṅgalā*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — रामिति अग्निबीजम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — rām este sămânța focului (*agni-bīja*).

विद्यारण्य — बिन्दुनादसमायुक्तमिति। बिन्दुरनुस्वारः। नादस्तदनुगतो ध्वनिः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.12) — ‹Ca fiind înzestrată cu *nāda* și *bindu*›: *bindu* este *anusvāra*, iar *nāda* este sunetul (*dhvani*) care îl urmează pe acela.

पुनः पिङ्गलयाऽऽपूर्य वह्निबीजमनुस्मरेत्[२]।
पुनर्विरेचयेद्धीमानिडयैव शनैः शनैः॥९॥

9. Trebuie să-și amintească din nou de sămânța focului (*vahni-bīja*)
Atunci când umple [plămânii] prin „cea ardentă (*piṅgalā*).
Înțeleptul trebuie să elimine din nou, cu mare atenție,
Desigur prin „cea răcoritoare" (*iḍā*).

त्रिचतुर्वासरं[३] वाऽथ[४] त्रिचतुर्वारमेव च[५]।
षट्कृत्वो[६] विचरेन्नित्यं[७] रहस्येवं[८] त्रिसंधिषु॥१०॥

10. Trei-patru zile și
De trei-patru ori [pe zi],
Făcând de șase ori la cele trei „încheieturi" [ale zilei] (*saṁdhi*) –
Astfel trebuie să practice în secret.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — प्रतिदिनं त्रिचतुर्वारम्॥

Upaniṣadbrahmayogin — De trei-patru ori dimineața [la răsăritul soarelui].

नाडीशुद्धिचिह्नानि
Simptomele purificării traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)

नाडीशुद्धिमवाप्नोति पृथक्चिह्नोपलक्षितः[९]।
शरीरलघुता दीप्तिर्वह्नेर्जाठरवर्तिनः॥११॥

11. [Yoginul] obține purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*)
Când observă în mod distinct [următoarele] simptome:
Ușurința trupului,
Strălucirea focului (*vahni*) care se află în abdomen și

---

[१] प्राणं मन्दम्॥ [२] अनुस्मरन्। ०बीजं मुनीश्वर॥ [३] चतुर्वत्सरम्॥ [४] वाऽपि॥ [५] वा। चतुर्मासमेव वा॥ [६] ०कृत्वा॥ [७] ०कृत्व आचरेन्नित्यं॥ [८] रहस्यैव॥ [९] ०क्षि(त/ता)म्॥

नादाभिव्यक्तिरित्येतच्चिह्नं तत्सिद्धिसूचकम्।
यावदेतानि संपश्येत्तावदेवं समाचरेत्॥ १२॥

12. Manifestarea [clară a] sunetului [intern] (*nāda*) –
Aceste simptome sunt indicatori ai desăvârșirii (*siddhi*).
Însă până când nu vede clar aceste [simptome],
Trebuie desigur să practice [conform celor prescrise].

विद्यारण्य — नादाभिव्यक्तिरिति। अनाहतनादः [1]स्फुरतीत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.16) — ‹Manifestarea [clară a] sunetului [intern] (*nāda*)›: sunetul [intern produs prin] ne-lovire (*anāhata-nāda*) devine manifest/vibrează – astfel este înțelesul.

स्वात्मशुद्धिः
Puritatea propriului sine (*ātman*)

अथवैतत्परित्यज्य स्वात्मशुद्धिं समाचरेत्[2]।
आत्मा शुद्धः सदा नित्यः सुखरूपः स्वयंप्रभः॥ १३॥

13. Apoi, renunțând pe deplin la această [practică],
Trebuie să înceapă să-și purifice propriul sine (*ātman*).
Sinele (*ātman*), care este întotdeauna pur (*śuddha*), etern (*nitya*),
A cărui natură este beatitudine (*sukha*), fiind prin sine luminos (*prabha*),

विद्यारण्य — विवेकज्ञानाधिकारवतस्तु तदेव पर्याप्तं नाडीशुद्ध्यादिभिर्न प्रयोजनमित्याह – अथवैतदिति। पूर्वोक्ता विशुद्धिर्नाडीगतपित्तश्लेष्मादिशोषणेन देहशुद्धिमात्रे हेतुः। विवेकज्ञानं तु नाडीपरिवृतं[3] स्थूलं देहं तत्र व्याप्तं लिङ्गशरीरं तदुभयोपादानं चाविद्यामात्मनः सकाशात्परिशोध्य विविक्तं [4]सच्चिदानन्दैकरसमात्मतत्त्वं व्यवस्थापयतीति पूर्वस्मादिदं प्रशस्ततरमित्यर्थः। वस्तुभूतश्लेष्मादिमलनिरसनं हि वस्तुभूतेनैव पवनेन भवति। नित्यशुद्धस्वप्रकाशचिदानन्दैकरस आत्मा त्वविद्यामलेनैव मलिन इति विद्यया तन्निरासे स्वाभाविकी तस्य शुद्धिर्व्यवतिष्ठत इत्याह – आत्मा शुद्ध इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.17-18) — ‹Apoi ... la această [practică]›: Spune că pentru cel ce posedă/este calificat pentru cunoașterea discriminativă (*viveka-jñāna*), doar aceasta este suficientă, neexistând necesitatea purificării traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) etc. Purificarea menționată anterior, prin îndepărtarea [umorilor] *pitta*, *śleṣman* etc. care se află în traseele psiho-energetice (*nāḍī*), este doar o cauză pentru purificarea trupului. Însă, această cunoaștere discriminativă (*viveka-jñāna*) este mult mai bună și diferită decât cea anterioară din perspectiva sinelui (*ātman*) deoarece produce stabilirea în realitatea sinelui (*ātma-tattva*) care este o singură esență/natură, ființă-conștiință-beatitudine (*sat-cid-ānanda*), purificând pe deplin trupul grosier înfășurat în traseele psiho-energetice (*nāḍī*), corpul subtil (*liṅga-śarīra*) care îl pătrunde pe acesta și ne-știința (*avidyā*) care este cauza ambelor – astfel este înțelesul. Într-adevăr, îndepărtarea impurităților [umorilor] *śleṣman* etc. concrete/substanțiale (*vastu-bhūta*) are loc, desigur, printr-un suflu (*pavana*) la fel de concret/substanțial.

‹Sinele (*ātman*)[, care este întotdeauna] pur (*śuddha*)›: Spune că deși sinele (*ātman*) este o singură esență/natură, ființă-conștiință-beatitudine (*sat-cid-ānanda*), prin sine

[1]स्फुटति॥ [2]समाश्रयेत्॥ [3]०वृते॥ [4]सच्चिदानन्दरसम्॥

luminos/manifeșt, etern și pur, ește impur, desigur, prin impuritatea cauzată de ne-știință (*avidyā*) – de aceea ește ștabilită pe deplin puritatea sa naturală intrinsecă atunci când ește îndepărtată aceaștă [ne-știință] prin știință (*vidyā*).

अज्ञानान्मलिनो भाति ज्ञानाच्छुद्धो विभात्ययम्[१] ।
अज्ञानमलपङ्कं यः क्षालयेज्ज्ञानतो यतः[२] ।
स एव सर्वदा शुद्धो नान्यः[३] कर्मरतो हि सः ॥ १४ ॥

14. Apare ca fiind impur din cauza ne-cunoașterii (*ajñāna*),
Însă prin [aceaștă] cunoaștere (*jñāna*) ește revelat ca fiind pur.
Numai cel care ștpală noroiul impurității ne-cunoașterii (*ajñāna*)
Cu [apa] cunoașterii (*jñāna*)
Poate fi cu adevărat pur întotdeauna –
În nici un caz cel care ește atașat de acțiune/ritual (*karman*).

न बुद्धिभेदं जनयेदज्ञानां कर्मसङ्गिनाम् ।
कर्म कर्तव्यमित्येवं बोधयेत्तान्समाहितः[४] ॥
Nu trebuie să producă tulburarea minților (*buddhi-bheda*)
Ne-cunoscătorilor atașați de acțiune/ritual (*karman*).
„Acțiunea/ritualul (*karman*) trebuie împlinit" –
Aștfel trebuie să-i inștruiască cel pur/realizat (*samāhita*).

विद्यारण्य — इयमेव यदि प्रशस्ता किमिति तर्हि भूतपूर्वा शुद्धिः शास्त्रैरुपदिश्यत इत्यत आह – न बुद्धिभेदमिति। अज्ञो हि कर्मणि सक्तो ज्ञानानधिकृत इति तस्य कृते साऽपि शुद्धिर्वक्तव्येत्यर्थः ॥

Vidyāraṇya (*SūS* xii.20) — ‹Nu [trebuie să producă] tulburarea minților (*buddhi-bheda*)›: dacă ștpune „dacă aceaștа ește cu adevărat mai bună, atunci de ce ește prescrișă de către scripturi (*śāstra*) purificarea anterioară?" Căci cel ne-cunoscător, atașat fiind de acțiune/ritual (*karman*), ește ne-calificat pentru cunoaștere (*jñāna*), iar aceaștă purificare trebuie ștpusă pentru aceșta – aștfel ește înțelesul.

इति दर्शनोपनिषत्सु पञ्चमः खण्डः ॥
Aștfel a foșt al cincilea capitol din *Darśana-upaniṣad*

[१]भवत्ययम् ॥ [२]०तोयतः ॥ [३]नाज्ञः ॥ [४]तान्बुधः सदा ॥

Capitolul VI

प्राणायामलक्षणम्

Caracteristicile controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)

प्राणायामक्रमं वक्ष्ये सांकृते शृणु[१] सादरम्।[२]
प्राणायाम इति प्रोक्तो रेचपूरककुम्भकैः ॥ १ ॥

1. Ascultă cu atenție Sāṁkṛti!
O să descriu metoda controlului suflurilor (*prāṇāyāma*).[1]
Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) este descris prin
Expirare (*recaka*), inspirare (*pūraka*) și apnée (*kumbhaka*).[2]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — विशेषतः प्राणायामेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Particularitățile controlului suflurilor (*prāṇāyāma*).

विद्यारण्य — यतो जितासनस्यैव प्राणायामो निरुपद्रवः सिध्यति। अतस्तदनन्तरं तत्प्रतिजानीते – अथात इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.1) — ‹Din acest moment›: deoarece controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) se desăvârșește fără de obstacole doar pentru cel a cărui postură (*āsana*) este „stăpânită”.

वर्णत्रयात्मकाः प्रोक्ता रेचपूरककुम्भकाः।
स एष[३] प्रणवः प्रोक्तः प्राणायामश्च[४] तन्मयः॥ २॥

2. Expirarea (*recaka*), inspirarea (*pūraka*) și apnéea (*kumbhaka*)
Au fost descrise ca fiind alcătuite din trei foneme (*varṇa*);
Se spune că aceasta este *praṇava* (*i.e.* AUṀ),
Iar controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) este alcătuit din aceasta [*praṇava*].

इडया वायुमाकृष्य पूरयित्वोदरस्थितम्[५]।
शनैः षोडशभिर्मात्रैरकारं तत्र संस्मरेत्॥ ३॥

3. Trăgând aerul (*vāyu*) prin „cea răcoritoare” (*iḍā*),
Umplându-l pe cel aflat în interior/abdomen (*udara*),
Cu atenție acum, timp de șaisprezece măsuri (*mātra*),
Trebuie să-și aducă aminte aici de fonemul A.

विद्यारण्य — उक्तं वर्णात्मकत्वं विवृणोति – इडयेति। मात्रैर्मात्राभिः[६]। तल्लक्षणमुक्तम् – कालेन यावता स्वीयो हस्तः स्वं[७] जानुमण्डलम्। पर्येति मात्रा सा तुल्या स्वयैकश्वासमात्रया इति। अकारं ब्रह्मात्मकम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.3) — ‹Prin „cea răcoritoare” (*iḍā*)›: descrie ceea ce a fost spus ca având natura alcătuită din litere/sunete (*varṇa*).

‹Măsuri (*mātra*)›: more (*mātrā*), astfel a fost descrisă caracteristica acesteia –

[१] श्रुणु॥ [२] अथातः संप्रवक्ष्यामि प्राणायामं यथाविधि॥ [३] एव॥ [४] तु॥ [५] उदरे स्थितम्॥ [६] मात्रादिभिः॥ [७] स्व०॥

1 Var. n. २: „Din acest moment voi descrie pe deplin // Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) conform prescripțiilor”.

2 *Cf. YS* II.49.

Această moră (*mātrā*) este exact timpul
Cât durează parcurgerea circulară a propriei mâini
Pe circumferința propriului genunchi (*jānu-maṇḍala*),
Fiind egală cu propria măsură (*mātra*) a unei singure respirații (*śvāsa*).[1]

Fonemul A este de natura [zeului] Brahmā.

पूरितं धारयेत्पश्चाच्चतुःषष्ट्या तु मात्रया।
उकारमूर्तिमत्रापि[2] संस्मरन्प्रणवं जपेत्॥४॥

4. Apoi [aerul] inspirat trebuie reținut
Șaizeci și patru de more (*mātrā*);
Acum desigur trebuie să repete (*japa*) *praṇava*
Aducându-și aminte de forma/manifestarea fonemului U.

विद्यारण्य — उकारमूर्तिं[2] विष्णुमूर्तिम्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.4) — Forma/manifestarea (*mūrti*) fonemului U este forma/manifestarea (*mūrti*) [zeului] Viṣṇu.

यावद्वा शक्यते तावद्धारयेज्जपतत्परः[3]।
पूरितं रेचयेत्पश्चान्मकारेणानिलं बुधः॥५॥

5. Înțeleptul trebuie să rețină [aerul] atât cât poate,
Fiind pe deplin angajat în repetarea (*japa*) [*praṇava*-ei].
După aceea aerul (*anila*) inspirat trebuie eliminat,
[Aducându-și aminte de forma] fonemului M,

शनैः पिङ्गलया तत्र[4] द्वात्रिंशन्मात्रया पुनः।
प्राणायामो भवेदेषः[5] ततश्चैवं समभ्यसेत्॥६॥

6. Cu atenție, acum prin „cea ardentă" (*piṅgalā*),
[Timp de] treizeci și două de more (*mātrā*) –
Astfel trebuie să fie acest control al suflurilor (*prāṇāyāma*)
Și, desigur, astfel trebuie practicat.

पुनः पिङ्गलयाऽऽपूर्य मात्रैः षोडशभिस्तथा।
[6]अकारमूर्तिमत्रापि[7] स्मरेदेकाग्रमानसः॥७॥

7. Inspirând din nou prin „cea ardentă" (*piṅgalā*)
[Timp] de șaisprezece more (*mātrā*),
Trebuie să-și aducă aminte de forma fonemului A
Cel cu mintea [concentrată] într-un singur punct.

[1]॰मात्रापि॥ [2]उकारम्॥ [3]धारयञ्जपसंयुतम्॥ [4]विप्र॥ [5]एष। एवं॥ [6]मकार॰॥ [7]॰मात्रापि॥

1 *PsT* I.32 & *Mk* XIX.156cd-157ab.

धारयेत्पूरितं विद्वान्प्रणवं संजपन्वशी[१] ।
उकारमूर्ति [२]स ध्यायंश्चतुःषष्ट्या तु मात्रया[३] ॥८॥

8. Cunoscătorul, ŝtăpân (*vaśin*) [pe sine],
Trebuie să reţină [aerul] inŝpirat [timp] de 64 de more (*mātrā*),
Repetând *praṇava* şi
Meditând asupra formei fonemului U.[1]

मकारं[४] तु स्मरन्पश्चाद्रेचयेदिडयाऽनिलम् ।
एवमेव पुनः कुर्यादिडयाऽऽपूर्यं बुद्धिमान् ॥९॥

9. Apoi, aducându-şi aminte de [forma] literei M,
Trebuie să elimine aerul (*anila*) prin „cea răcoritoare" (*iḍā*).
Desigur, înţeleptul trebuie s-o facă din nou,
Inŝpirând prin „cea răcoritoare" (*iḍā*).

विद्यारण्य — मकारमूर्तिं रुद्रम् ॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.7) — Manifeŝtarea literei M eŝte [zeul] Rudra.

एवं समभ्यसेन्नित्यं प्राणायामं मुनीश्वर[५] ।
[अथवा प्राणमारोप्य पूरयित्वोदरस्थितम् ।
प्रणवेन समायुक्तां व्याहृतीभिश्च संयुताम् ।
गायत्रीं संजपेच्छुद्धः प्राणसंयमने त्रयम् ।
पुनश्चैवं त्रिभिः कुर्याद्गृहस्थश्च त्रिसंधिषु ।
ब्रह्मचर्याश्रमस्थानां वनस्थानां महामुने ।]
एवमभ्यासतो नित्यं षण्मासाज्ज्ञानवान्भवेत्[६] ॥१०॥

10. O, domn al înţelepţilor!
Aŝtfel trebuie practicat întotdeauna controlul suflurilor (*prāṇāyāma*).
[Sau, inŝpirând şi ridicând
Suflul (*prāṇa*) care se află în „abdomen",
Fiind unit cu *praṇava* (AUṀ)
Şi însoţit de roŝtirile [aceŝteia],
Cel pur trebuie să repete pe deplin de trei ori Gāyatrī
Atunci când practică controlul suflurilor (*prāṇa-saṁyamana*).
O, mare înţelept! Tot aŝtfel, trebuie să facă din nou
De trei ori la cele trei încheieturi ale zilei (*saṁdhi*)
Şi cei aflaţi „în casă" (*gṛha-śtha*), [precum şi cei]
Aflaţi „în etapa de caŝtitate" (*brahmacarya*) ori aflaţi „în pădure" (*vana*).]
Printr-o aŝtfel de practică [timp de] şase luni neîntrerupt[2]
Poate deveni un posesor al cunoaşterii (*jñānavat*)[3].

[१]विंशतिद्वयम् ॥ [२]संधाय चतुः । संध्यायां चतुः । स ध्यायाच्चतुः ॥ [३]जपेदत्र स्मरेन्मूर्तिमुकाराख्यां तु वैष्णवीम् ॥
[४]अकारम् ॥ [५]यतीश्वर ॥ [६]मासाद्यत्नवान्भवेत् ॥

1 Var. n. ३: „Acum trebuie să repete şi să-şi amintească // Forma fonemului U ca aparţinând lui Viŝņu."
2 *ŚU* I.19 & *YtU* 43 prescriu o practică zilnică, de 4 ori: dimineaţa, la prânz, seara şi la miezul nopţii.
3 Var. *n.* ६: „un posesor al puterii (*yatnavat*)".

विद्यारण्य — प्रणवव्याहृतिपूर्विकां गायत्रीं वा कुम्भके जपित्वेत्याह – अथवेति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.10) — ‹Sau›: sau ŝpune „repetând Gāyatrī în timpul apneei (*kumbhaka*), precedată fiind de *praṇava* (AUṀ) și de roŝtirile [aceŝteia].

प्राणायामो विकल्पेन प्रोक्तो वेदान्तवेदिभिः।
द्विजवत्क्षत्रियस्योक्तः प्राणायामो महामुने॥
O, mare înțelept! Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*)
A foŝt expus de către cunoscătorii Vedāntei ca alternativă.
Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) a foŝt descris
Pentru războinici (*kṣatriya*), aidoma celor de două ori născuți (*dvija*).

विद्यारण्य — विकल्पेनेति। उक्तविकल्पेनेत्यर्थः। क्षत्रियवैश्ययोरपि वैदिकमन्त्राधिकाराद्विप्रवदेव प्रणवगायत्रीभ्यां प्राणायाम इत्याह – द्विजवदिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.13) — ‹Ca alternativă›: prin alternativa menționată – aŝtfel eŝte înțelesul.

‹Aidoma celor de două ori născuți (*dvija*)›: ŝpune că aidoma preoților (*brāhmaṇa*), desigur, și pentru războinici (*kṣatriya*) și comercianți (*vaiśya*), deoarece sunt apți pentru formulele (*mantra*) vedice, controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) eŝte împreună cu *praṇava* (AUṀ) și Gāyatrī.

विरक्तानां प्रबुद्धानां वैश्यानां च[1] तथैव च।
शूद्राणां च तथा स्त्रीणां प्राणसंयमनं मुने॥
O, înțeleptule! Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) eŝte
Pentru cei des-pătimiți (*virakta*), pentru cei prea-trezviți (*prabuddha*),
Precum și pentru comercianți (*vaiśya*),
Pentru servitori (*śūdra*) și, de asemenea, pentru femei (*strī*).

विद्यारण्य — शूद्राणामिति। वेदानधिकारात्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.14) — ‹Pentru servitori (*śūdra*)›: deoarece nu sunt apți pentru *Veda*.

नमोन्तं शिवमन्त्रं वा वैष्णवं वा न चान्यथा।
नित्यमेवं प्रकुर्वीत प्राणायामांस्तु षोडश॥
O *mantra* śivaită care se termină cu „închinare” (*namaŝ*),
Ori o *mantra* viŝnuită, și nicidecum altfel –
Aŝtfel trebuie să praĉtice întotdeauna, de 16 ori,
Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*).

ब्रह्महत्यादिभिः पापैर्मुच्यते मासमात्रतः।
षण्मासाभ्यासतो विप्रा[2] वेदनेच्छामवाप्नुयात्॥
O, *brahmán*-ule! În numai o lună de zile se eliberează
De păcate precum uciderea unui preot (*brahma-hatyā*) etc.,

[1] तु॥ [2] ०अध्यासतो विप्र॥

Iar după practicarea timp de șase luni de zile
Poate dobândi dorința cunoașterii.

[1]वत्सराद्ब्रह्मविद्वान्स्यात्तस्मान्नित्यं समभ्यसेत्।
योगाभ्यासरतो नित्यं स्वधर्मनिरतश्च यः।
प्राणसंयमनेनैव ज्ञानान्मुक्तो भविष्यति॥ ११॥

11. Printr-o astfel de practică neîntreruptă [timp de] un an de zile
Poate deveni posesorul cunoașterii lui *bráhman*.
Cel care este necontenit devotat practicii Yoga,
Pe deplin mulțumit/ocupat cu propriile responsabilități (*svadharma*),
Va deveni izbăvit cu adevărat prin cunoașterea (*jñāna*)
[Dobândită] prin controlul suflurilor (*prāṇa-saṁyama*).

विचारण्य — योगाभ्यासेति। यः स्वधर्मनिरतः सन्योगाभ्यासरतो भवति तस्य प्राणायाम एवोक्तरीत्या ज्ञानद्वारा मोक्षसाधनमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.17) — ‹Practicii Yoga›: cel care, fiind devotat propriei îndatoriri (*svadharma*), este angajat în practica Yoga, pentru acesta controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) este instrumentul mântuirii (*mokṣa-sādhana*) prin intermediul/poarta cunoașterii (*jñāna-dvār*) în maniera menționată – astfel este înțelesul.

पूरकादिलक्षणम्
Descrierea inspirării (*pūraka*) etc.

बाह्यादापूरणं वायोरुदरे पूरको हि सः।
संपूर्णकुम्भवद्वायोर्धारणं कुम्भको भवेत्।
बहिर्विरेचनं वायोरुदराद्रेचकः स्मृतः॥ १२॥

12. Inspirarea (*pūraka*) este acea umplere deplină a „abdomenului”
Cu aerul (*vāyu*) din exterior.[1]
Apnéea (*kumbhaka*) este acea reținere a aerului (*vāyu*),
Ca într-un vas (*kumbha*) plin pe deplin.[2]
Expirarea (*recaka*) este menționată ca fiind
Acea golire în exterior a aerului (*vāyu*) din „abdomen”.[3]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — पूरकादिलक्षणमाह – बाह्यादिति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Din exterior›: spune descrierea/caracteristicile inspirării (*pūraka*) etc.

[1]वत्सराद्ब्रह्म विद्वान्॥

1 *TbU* I.32: „Este numită inspirare (*pūraka*) acea tragere graduală a aerului în gură prin aceeași metodă prin care un om trage apă în gură printr-un lujer de lotus. Inspirarea (*pūraka*) este realizarea că «Eu sunt *bráhman*».”

2 *TbU* I.33: „Apnéea (*kumbhaka*) are drept caracteristică absența totală atât a inspirării și expirării, cât și a oricărei mișcări a trupului, fiind astfel realizarea profundă a faptului că sinele (*ātman*) este *bráhman*.”

3 *Cf. AnU* 11.

प्राणायामसिद्धयः

Rezultatele controlului suflului (*prāṇāyāma*)[1]

प्रस्वेदजनको यस्तु प्राणायामेषु सोऽधमः ।
कम्पनं मध्यमं विद्यादुत्थानं चोत्तमं विदुः[१] ॥ १३ ॥

13. Înțeleptule! Acel control al suflurilor (*prāṇāyāma*)
Care produce o transpirație excesivă este inferior;
Acela care produce un tremur este cel de mijloc;
[Acela care produce] levitarea este superior.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — स्वेदादिसिद्धिमाह – प्रस्वेदेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹O transpirație excesivă›: spune despre rezultatele [controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)] precum transpirația (*sveda*) etc.

पूर्वं पूर्वं[२] प्रकुर्वीत यावदुत्थानसंभवः[३] ।
संभवत्युत्तमे प्राज्ञः प्राणायामे सुखी भवेत् ॥ १४ ॥

14. [Etapele] anterioare trebuie practicate
Până când se manifestă „levitația”/energia/bucuria (*utthāna*)[2].
Înțeleptul devine fericit (*sukhin*) atunci când se manifestă
[Etapa] superioară a controlului suflurilor (*prāṇāyāma*).

प्राणायमेन चित्तं तु शुद्धं भवति सुव्रत।
चित्ते शुद्धे शुचिः साक्षात्प्रत्यग्ज्योतिर्व्यवस्थितः[४] ॥ १५ ॥

15. O, tu, preavirtuosule! Psihicul (*citta*) devine pur
Prin controlul suflurilor (*prāṇāyāma*),
Iar când psihicul (*citta*) este pur,
Lumina (*jyotis*) interioară devine clară în mod direct.

विद्यारण्य — प्राणायामेन चित्तमिति। आह पतञ्जलिः – ततः क्षीयते प्रकाशावरणं धारणासु [च] योग्यता मनस इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.22) — ‹Psihicul (*citta*) [devine pur] prin controlul suflurilor (*prāṇāyāma*)›: Patañjali a spus –

> Prin aceasta învelișul luminii (*prakāśa*) dispare, [cât și dobândirea] capacității (*yogyatā*) minții (*manas*) pentru concentrări (*dhāraṇa*).[3]

प्राणश्चित्तेन[५] संयुक्तः परमात्मनि तिष्ठति।
प्राणायामपरस्यास्य पुरुषस्य महात्मनः ॥ १६ ॥

16. Suflul (*prāṇa*) unit pe deplin cu psihicul (*citta*)
Se află situat în sinele suprem (*paramātman*).
Trupul acelei om cu suflet mare (*mahātman*),
Devotat controlului suflurilor (*prāṇāyāma*),

---

[१] तथा॥ [२] पूर्वपूर्वं॥ [३] उत्तमसंभवः॥ [४] व्यवस्थितम्। मनः साक्षात्प्रत्यग्ज्योतिष्ववस्थितम्॥ [५] प्राणचित्तेन॥

1 *Cf. YS* II.52-53.
2 Var. n. ३: „măreția (*uttama*)”.
3 *YS* II.52-53.

देहश्चोत्तिष्ठते तेन किंचिज्ज्ञानाद्विमुक्तता।
रेचकं पूरकं मुक्त्वा कुम्भकं नित्यमभ्यसेत्॥ १७॥

17. Levitează – izbăvirea deplină poate decurge
Din cea mai mică [urmă de] cunoaştere (*jñāna*).
Abandonând expirarea (*recaka*) şi inspirarea (*pūraka*),
[Yoginul] trebuie să practice necontenit apnéea (*kumbhaka*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — उत्तिष्ठते भूतलात्॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Levitează›: se ridică de la suprafaţa pământului.

विद्यारण्य — किंचिज्ज्ञानादिति। प्राणायामो हि सत्त्वशुद्धिं जनयति। तया ज्ञानं भवति। श्रूयते हि – ज्ञानप्रसादेन विशुद्धसत्त्वस्ततस्तु तं पश्यते निष्कलं ध्यायमानः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.24) — ‹Din cea mai mică [urmă de] cunoaştere (*jñāna*)›: controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) produce purificarea [tendinţei] *sattva*, iar prin aceasta apare cunoaşterea (*jñāna*), precum este „auzit” –

> Iar apoi, [tendinţa] *sattva* fiind pe deplin purificată
> Prin claritatea/puritatea cunoaşterii (*jñāna*),
> Cel fără de părţi (*niṣkala*) este văzut de către cel care meditează.[1]

सर्वपापविनिर्मुक्तः सम्यग्ज्ञानमवाप्नुयात्।
[१]मनोजवत्वमाप्नोति पलितादि च नश्यति॥ १८॥

18. Eliberându-se deplin de toate păcatele (*pāpa*),
Obţine cunoaşterea (*jñāna*) corectă,
Obţine iuţeala gândului/minţii (*manas*)[2],
Iar încărunţirea (*palita*) etc. dispar [negreşit].

प्राणायामैकनिष्ठस्य न किंचिदपि दुर्लभम्।
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन [२]प्राणायामान्समभ्यसेत्॥ १९॥

19. Pentru cel care este pe deplin devotat controlului suflurilor (*prāṇāyāma*)
Nu există nimic greu de obţinut.
De aceea trebuie să practice cu toată străduinţa
Controlul suflurilor (*prāṇāyāma*).

रोगनिवर्तकप्राणायामभेदः

Diferite tipuri de control al suflurilor (*prāṇāyāma*) care îndepărtează bolile

विनियोगान्प्रवक्ष्यामि प्राणायामस्य सुव्रत।
संध्ययोर्ब्राह्मकालेऽपि[३] मध्याह्ने वाऽथवा सदा॥ २०॥

20. O, tu, preavirtuosule!
O să-ţi spun despre foloasele controlului suflurilor (*prāṇāyāma*).
Întotdeauna la crepuscule (*saṁdhyā*), la timpul lui Brahmā (*i.e.* în zori)
Sau, de asemenea, la mijlocul zilei,

[१]मनोजयत्वम्॥ [२]प्राणायामम्॥ [३]वा॥

1 *MuU* III.1.8cd.
2 Var. n. **१**: „Obţine victorie asupra minţii (*manas*)”.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — योगसिद्ध्यन्तरायरोगनिरासकान् धारणाभेदानाह – विनियोगानिति। ब्राह्मकाले ब्राह्मे मुहूर्ते॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Despre foloasele›: Ṣpune deṢpre diferitele tipuri de concentrare (*dhāraṇā*) care îndepărtează bolile (*roga*) ce sunt obṠtacolele desăvârșirii (*siddhi*) în *yoga*.

‹Timpul lui Brahmă (*brāhma-kāla*)›: „momentul lui Brahmă” (*brāhma-muhūrta*).

बाह्यं[१] प्राणं समाकृष्य पूरयित्वोदरेण[२] च[३]।
नासाग्रे नाभिमध्ये च पादाङ्गुष्ठे च धारयेत्[४] ॥२१॥

21. [Yoginul] trebuie să tragă suflul (*prāṇa*) exterior și, umplând „abdomenul”,
Trebuie să se concentreze asupra vârfului nasului (*nāsāgra*),
Asupra mijlocul buricului (*nābhi*) și apoi
Asupra degetului mare de la picior (*pādāṅguṣṭha*).

विचारण्य — नासाग्रं नाभिमध्यं पादाङ्गुष्ठं च चिन्तयतस्तत्र चित्तं धृतं भवति तेन च प्राणो जीयत इत्यर्थः। एतद्योगप्रकारः सविशेषमन्यत्रोक्तः – इडया वायुमाकृष्य पूरयित्वोदरे दृढम्। वामाङ्घ्रङ्गुष्ठके नाभौ नासाग्रे धारयेत्स्थिरम्। पुनः पिङ्गलयाऽऽपूर्य दक्षाङ्घ्रङ्गुष्ठकेऽनिलम्। नाभौ नासाग्रके प्राग्वद्धारयेद्ध्यानसंयुतः। पुटाभ्यामथवा वायुं पूरितं धारयेत्स्थिरम्। अनेनाभ्यासयोगेन प्राणवायुर्जितो भवेदिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.28) — Psihicul (*citta*) celui care se concentrează asupra vârfului nasului (*nāsāgra*), asupra centrului ombilicului (*nābhi-madhya*) și asupra degetului mare al piciorului (*pādāṅguṣṭha*) devine acolo ṠtabilFerm, iar prin aceaṠta suflul (*prāṇa*) eṠte Ṡtăpânit – aṠtfel eṠte înțelesul. AceaṠtă metodă Yoga a foṠt menționată în altă parte în mod detaliat:

> Trăgând aerul (*vāyu*) prin „cea răcoritoare” (*iḍā*)
> Și umplând pe deplin „abdomenul”,
> Trebuie ținut Ṡtabil în degetul mare al piciorului Ṡtâng,
> În ombilic și în vârful nasului.
>
> Umplând după aceea cu aer prin „cea ardentă (*piṅgalā*),
> Trebuie ținut ca mai înainte în degetul mare al piciorului drept,
> În ombilic și în vârful nasului,
> Împreună cu meditația (*dhyāna*).
>
> Sau, aerul umplut prin ambele nări
> Trebuie ținut ṠtabilFerm –
> Printr-o aṠtfel de praCtică (*yoga*) repetată
> Suflul (*vāyu*) *prāṇa* devine Ṡtăpânit.

सर्वरोगविनिर्मुक्तो जीवेद्वर्षशतं नरः।
नासाग्रधारणाद्वाऽपि[५] जितो भवति सुव्रत॥२२॥

22. O, tu, preavirtuosule!
Prin concentrarea (*dhāraṇā*) asupra vârfului nasului (*nāsāgra*)
Omul devine viCtorios și poate trăi o sută de ani
Izbăvit pe deplin de toate bolile (*roga*).

---

[१] बाह्य०॥ [२] पूरयित्वाऽऽदरेण॥ [३] उदरेऽनघ॥ [४] धारणात्॥ [५] वयुः॥

विद्यारण्य — धारणात्रयस्य पृथक्फलमाह – नासाग्रेति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.29) — ‹Vârfului nasului (*nāsāgra*)›: ŝpune deŝpre rezultatul fiecăruia în parte a întreitei concentrări (*dhāraṇā*).

सर्वरोगनिवृत्तिः[१] स्यान्नाभिमध्ये तु[२] धारणात्।
शरीरलघुता विप्र [३]पादाङ्गुष्ठनिरोधनात्॥ २३॥

23. Prin concentrarea (*dhāraṇā*) asupra mijlocului buricului (*nābhi*)
Toate bolile (*roga*) diŝpar.
Prin concentrarea asupra degetului mare de la picior (*pādāṅguṣṭha*)
O, *brahmán*-ule! Apare uşurinţa corpului (*śarīra-laghutā*).

जिह्वया वायुमाकृष्य यः पिबेत्सततं नरः।
श्रमदाहविनिर्मुक्तो योगी[४] नीरोगतामियात्॥ २४॥

24. Acel om trebuie să „bea" întotdeauna aerul (*vāyu*)
Trăgându-l cu ajutorul limbii (*jihvā*) –
Poate să apară ŝtarea de sănătate,
Yoginul fiind pe deplin izbăvit de oboseală (*śrama*) şi de căldură/febră (*dāha*).

जिह्वया वायुमाकृष्य जिह्वामूले निरोधयेत्।
पिबेदमृतमव्यग्रं सकलं सुखमाप्नुयात्॥ २५॥

25. Trăgând aerul (*vāyu*) cu ajutorul limbii (*jihvā*),
Trebuie să-l ţină la rădăcina limbii (*jihvā-mūla*);
Trebuie să bea ne-perturbat neCtarul (*amṛta*) –
Putând dobândi aŝtfel deplina beatitudine (*sukha*).

विद्यारण्य — जिह्वामूले निरोधयेच्चित्तं धारयेत्। समेवात्यन्तशीतलममृतमयं वायुमव्यग्रं शनैः पिबेत्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.32) — ‹Trebuie să-l ţină la rădăcina limbii (*jihvā-mūla*)›: psihicul/mintea (*citta*) trebuie concentrată. Trebuie să bea ne-perturbat, încet/cu grijă, aerul alcătuit din neCtar (*amṛta*), care eŝte pe deplin/uniform şi peŝte măsură de rece.

इडया वायुमाकृष्य भ्रुवोर्मध्ये निरोधयेत्।
यः पिबेदमृतं शुद्धं व्याधिभिर्मुच्यते हि सः॥ २६॥

26. Trăgând aerul (*vāyu*) prin „cea răcoritoare" (*iḍā*),
Trebuie să-l ţină între ŝprâncene;
Acela trebuie să bea neCtarul (*amṛta*) pur –
Desigur eŝte izbăvit de [toate] bolile (*vyādhi*).

इडया वेदतत्त्वज्ञ[५] तथा पिङ्गलयैव च[६]।
नाभौ निरोधयेत्तेन व्याधिभिर्मुच्यते नरः॥ २७॥

27. O, cunoscător al adevărurilor vedice!
Omul trebuie să ţină în ombilic (*nābhi*) [aerul tras atât]
Prin „cea răcoritoare (*iḍā*) cât şi prin „cea ardentă" (*piṅgalā*) –
Prin aceaŝta eŝte izbăvit de [toate] bolile (*vyādhi*).

---

[१]०विनाशः॥ [२]च॥ [३]पादाङ्गुष्ठे॥ [४]भवेत्॥ [५]०ज्ञः॥ [६]पुनः। अपि च॥

मासमात्रं त्रिसंध्यायां जिह्वयाऽऽरोप्य मारुतम्।
अमृतं च [1]पिबन्नाभौ मन्दं मन्दं निरोधयेत्।
वातजाः पित्तजा[2] दोषा नश्यन्त्येव न संशयः ॥२८॥

28. Timp de o lună, la cele trei încheieturi (*saṁdhyā*) [ale zilei],
Aerul (*mārut*) fiind făcut să urce cu ajutorul limbii (*jihvā*)
Trebuie ținut în buric (*nābhi*)
Bând nectarul (*amṛta*) puțin câte puțin –
Disfuncțiile/bolile (*doṣa*) apărute din cauza „vântului" (*vāta*) și a bilei (*pitta*),
Dispar cu adevărat, fără nici un dubiu.

विचारण्य — जिह्वयाऽऽरोप्येति। जिह्वाग्रसंस्पर्शी यथा वायुर्भवति तथा काकचञ्चुवदोष्ठौ कृत्वा मादं मन्दं पवनमाकर्षन्नाभौ[3] चित्तं धारयेदित्यर्थः ॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.35) — ‹Fiind făcut să urce cu ajutorul limbii (*jihvā*)›: făcând buzele aidoma cioculului de cioară astfel încât aerul să atingă vârful limbii și trăgând aerul încet-încet trebuie să țină/concentreze psihicul/mintea (*citta*) în ombilic (*nābhi*) – astfel este înțelesul.

नासाभ्यां[4] वायुमाकृष्य नेत्रद्वन्द्वे[5] निरोधयेत्।
नेत्ररोगा विनश्यन्ति तथा श्रोत्रनिरोधनात् ॥२९॥

29. Trăgând aerul (*vāyu*) prin cele două nări
Trebuie ținut în ambii ochi (*netra*) –
Bolile de ochi (*netra-roga*) dispar.
Tot astfel prin ținerea în urechi (*śrotra*) [bolile acestora dispar];

तथा वायुं समारोप्य धारयेच्छिरसि स्थितम्[6]।
शिरोरोगा विनश्यन्ति सत्यमुक्तं हि सांकृते[7] ॥३०॥

30. La fel, aerul (*vāyu*) ridicat
Trebuie ținut să stea în cap (*śiras*) –
Bolile capului (*śiras-roga*) dispar.
O, Sāṁkṛti! Ți-am spus adevărul (*satya*).

षण्मुखीमुद्राभ्यासादिना वायुजयः

Cucerirea suflurilor (*vāyu*) prin practica *ṣaṇmukhī-mudrā* etc.

स्वस्तिकासनमास्थाय समाहितमनास्तथा।
अपानमूर्ध्वमुत्थाप्य[8] प्रणवेन शनैः शनैः ॥३१॥

31. Stând în „postura prosperității" (*svastika-āsana*),
Mintea (*manas*) fiind adunată,
Făcând să urce[1] cu mare atenție „suflul ce coboară" (*apāna*)
Prin *praṇava* (ओम्),

[1]पिबेत्॥ [2]वा(त/यु)पित्तादिजा॥ [3]आकर्ष्य नाभौ॥ [4]नाडीभ्याम्॥ [5]द्वन्द्वम्॥ [6]स्थिरम्॥ [7]बृहस्पते॥ [8]आकृष्य॥

1 Var. n.८: „Trăgând în sus".

विद्यारण्य — संमुखीकरणयोगमाह – स्वस्तिकासनमित्यादि। ऊर्ध्वमाकृष्याऽऽकुञ्च्य शनैः शनैः। त्वरया हि कृते नाड्यन्तरप्रविष्टः पवनो व्यथयेत्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.38-39) — ‹Poștura prosperității (*svaștika-āsana*)›: Spune despre practica (*yoga*) instrumentată conform circumstanțelor (*saṁmukhī*).[1]

‹Trăgând în sus›: făcând să se îndoaie [în sus] ușor-ușor, căci atunci când este făcută repede aerul/suflul (*pavana*) care a intrat în interiorul traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) poate provoca tulburare/durere.

हस्ताभ्यां [1]धारयेत्सम्यक्कर्णादिकरणानि च[2]।
अङ्गुष्ठाभ्यां मुने[3] श्रोत्रे तर्जनीभ्यां तु चक्षुषी॥३२॥

32. Trebuie să acopere perfect cu ambele mâini
Organele de simț (*karaṇa*): urechile (*karṇa*) etc.
O, ascetule! Cu degetele mari [acoperă] urechile (*śrotra*),
Cu arătătoarele (*tarjanī*) [acoperă] ochii (*cakṣus*),

नासापुटावधानाभ्यां[4] प्रच्छाद्य करणानि वै॥३३॥

33. Pentru obturarea nărilor (*nāsā-puṭa*) [etc. sunt folosite celelalte degete][2].
Fiind acoperite organele de simț (*karaṇa*),

आनन्दाविर्भवो[5] यावत्तावन्मूर्धनि धारयेत्[6]।
प्राणः प्रयात्यनेनैव ब्रह्मरन्ध्रं महामुने॥३४॥

34. Trebuie să țină [suflul] în cap (*mūrdhan*)
Până când se manifestă beatitudinea (*ānanda*).
O, mare sfânt! [Trebuie să facă] cu mare atenție
Ca suflul (*prāṇa*) [să intre] în „apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*).

विद्यारण्य — वामदक्षिणहस्ताङ्गुष्ठाभ्यां श्रोत्रे। तर्जनीभ्यां चक्षुषी। मध्यमाभ्यां च नासापुटौ च निरुध्य यावदानन्दाविर्भावो भवति तावद्ब्रह्मरन्ध्रे चित्तं धारयतः प्राणः सुषुम्नां प्रविशतीत्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.40) — Cu degetele mari ale mâinilor stânga și dreapta [trebuie să acopere] urechile, cu arătătoarele ochii, iar cu degetele mijlocii nările. Atât timp cât apare manifestarea beatitudinii (*ānanda*), tot atât timp și suflul (*prāṇa*) celui care fixează psihicul/mintea (*citta*) în „apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*) pătrunde în „cea milostivă” (*suṣumnā*) – astfel este înțelesul.

ब्रह्मरन्ध्रं[7] गते वायौ नादश्चोत्पद्यतेऽनघ।
शङ्खध्वनिनिभश्चाऽऽदौ[8] मध्ये मेघध्वनिर्यथा।
शिरोमध्यगते वायौ गिरिप्रस्रवणं यथा॥३५॥

35. O, tu, cel neprihănit! Sunetul [intern] (*nāda*) apare atunci când
Suflul (*vāyu*) este intrat în „apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*):

[1]बन्धयेत्॥ [2]वै॥ [3]उभे॥ [4]अवथान्याभ्याम्॥ [5]०भवम्॥ [6]धा(रणा/पये)त्॥ [7]०रन्ध्रे॥ [8]असौ॥

1 Considerăm că ar fi trebuit să fie în loc de *saṁmukhī* (variantă regăsită în toate edițiile consultate de noi) *ṣaṇmukhī* sau *ṣaṇmukhī*: „Spune despre practica (*yoga*) prin tehnica *ṣaṇmukhī*.”

2 *V. n.* ४.

La început este precum sunetul cochiliei (*śaṅkha*),
La mijloc este precum sunetul norului (*megha*),
Când suflul (*vāyu*) a ajuns în mijlocul capului (*śiras*)
Este precum [sunetul] cascadei din munți.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — एवं षण्मुखीमुद्राभ्यासतः – ब्रह्मरन्ध्रमिति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹„Apertura lui Brahmā” (*brahma-randhra*)›: desigur rezultă din practica „sigiliului celor șase aperturi” (*ṣaṇmukhī-mudrā*).

विद्यारण्य — नादश्चोत्पद्यत इति। तद्भेदा हंसोपनिषदि दशधा कथिताः। चिणीति प्रथमः। चिच्चिणीति[१] द्वितीयः[२]। घण्टानादस्तृतीयः[३]। शङ्खनादश्चतुर्थः। पञ्चमस्तन्त्रीनादः। षष्ठस्तालनादः। सप्तमो वेणुनादः। अष्टमो भेरीनादः। नवमो मृदङ्गनादः। दशमो मेघनाद इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.42) — ‹Sunetul [intern] (*nāda*) apare›: aceste diferențe, zece feluri, sunt descrise în *Haṁsa-upaniṣad* –

> *Ciṇī* este primul, *ciñciṇī*[1] este al doilea, sunetul clopotului (*ghaṇṭa*) este al treilea, sunetul scoicii (*śaṅkha*) este al patrulea, al cincilea este sunetul coardei (*tantrī*), al șaselea este sunetul chimvalului (*tāla*), al șaptelea este sunetul flautului (*veṇu*), al optulea este sunetul tobei (*bherī*), al nouălea este sunetul tamburului (*mṛdaṅga*), al zecelea este sunetul norului (*megha*).[2]

पश्चात्प्रीतो[४] महाप्राज्ञ[५] साक्षादात्मोन्मुखो[६] भवेत्।
पुनस्तज्ज्ञाननिष्पत्तिर्योगात्संसारनिह्नुतिः[७] ॥ ३६ ॥

36. O, mare înțelept! Și astfel, mulțumit fiind,
Privește sinele (*ātman*) cu „proprii săi ochi”.[3]
Apoi, prin *yoga*, negarea (*nihnuti*) *saṁsāra*-ei
Este împlinirea (*niṣpatti*) cunoașterii acestui [sine].

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यथा तथा चन्द्रमण्डलगिरितोऽमृतप्रवाहो जायते। तेन भ्रूमध्यस्थज्योतिर्लिङ्गमभिषिच्य तदमृतास्वादनतो योगी विमृत्युः भवति। ततः पश्चात्॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — Astfel apare curgerea neîntreruptă a nectarului (*amṛta*) ce este înghițit de/în discul Lunii (*candra-maṇḍala*). Din consumarea/savurarea acestui nectar (*amṛta*) – cu care a fost îmbăiat *jyotir-liṅga* ce se află între sprâncene – yoginul devine nemuritor (*vimṛtyu*). De aceea: ‹și astfel›.

[५]दक्षिणेतरगुल्फेन सीवनीं[८] पीडयेत्स्थिरम्[९]।
सव्येतरेण गुल्फेन पीडयेद्बुद्धिमान्नरः ॥ ३७ ॥

37. Trebuie să preseze ferm rafeul perineal (*sīvanī*)
Cu cealaltă glezną (*gulpha*) decât cea dreaptă;

---

[१]चिणिचिणीति॥ [२]द्वितीयकः॥ [३]तृतीयकः॥ [४]चित्तम्॥ [५]०प्राज्ञः॥ [६]उन्मुखम्॥ [७]तया संसारनिह्नुतिः॥ [५]दक्षिणोत्तर०॥ [८]सीविनीम्॥ [९]शिराम्॥

---

1 Var. n. १: „*ciṇiciṇi*”.
2 *HU* 2.
3 Var.: „Sinele (*ātman*) devine manifest imediat”.

Omul înțelept trebuie să preseze
Cu cealaltă gleznă (*gulpha*) decât cea stângă

जान्वोरधः स्थितां संधिं स्मृत्वा देवं त्रियम्बकम्[१]।
विनायकं च संस्मृत्य तथा वागीश्वरीं पुनः॥३८॥

38. Articulația (*saṁdhi*) care se află sub genunchi (*jānu*),
Amintindu-și de zeul Triyambaka,
Amintindu-și de [zeul] Vināyaka,
Iar apoi, de asemenea, de [zeița] Vāgīśvarī.

[२]लिङ्गनालात्समाकृष्य वायुमप्यग्रतो[३] मुने।
प्रणवेन नियुक्तेन[४] बिन्दुयुक्तेन बुद्धिमान्॥३९॥

39. O, sfinte! Absorbind suflul (*vāyu*)
Prin [vârful] tubului falusului (*liṅga*)
O, înțeleptule! Și folosind
Praṇava (AUM) împreună cu „punctul" (*bindu* – AUṂ),

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — दक्षिणेतरगुल्फाभ्यां सीविनीं मेढ्रगुदान्तराळस्थनाडीं संपीड्यज्ञान्वोरधः स्थितसंधिं शिवलिङ्गं स्मृत्वा विनायकं वागीश्वरीं च ध्यात्वा ततो लिङ्गनालादित्यदि॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Rafeul perineal (*sīvinī*)›: adică acel „tub" (*nāḍī*) care se află între anus (*guda*) și penis (*meḍhra*) – fiind presat atât cu glezna dreaptă cât și cu cealaltă (*i.e.* stângă).

‹Articulația (*saṁdhi*)›: se află mai jos de genunchi (*jānu*).

‹Amintindu-și›: meditând la *śiva-liṅga*, la Vināyaka și la Vāgīśvarī.

De aceea: „Prin [vârful] tubului falusului (*liṅga*)" etc.

मूलाधारस्य विप्रेन्द्र मध्ये तं[५] तु निरोधयेत्[६]।
निरुध्य वायुना[७] दीप्तो वह्निरूर्ध्वति[८] कुण्डलीम्॥४०॥

40. O, domn al înțelepților! Trebuie să-l țină pe acesta (*i.e.* suflul)
În mijlocul „suportului rădăcină" (*mūlādhāra*).
Focul (*vahni*) întețit prin suflul (*vāyu*) ținut astfel
O mișcă/împinge pe Kuṇḍalī.

पुनः सुषुम्नया वायुर्वह्निना सह गच्छति।
एवमभ्यसतस्तस्य जितो वायुर्भवेद्ध्रुवम्[९]॥४१॥

41. Apoi suflul (*vāyu*) împreună cu focul (*vahni*)
Merg prin „cea milostivă" (*suṣumnā*).
Printr-o astfel de practică, pentru acesta
Suflul (*vāyu*) devine repede/deplin cucerit.

विचारण्य — उत्कर्षप्राणायाममाह – दक्षिणोत्तरेति। वामेन गुल्फेन सीवनीं पीडयित्वा जान्वोरधः स्थितं तमेव वामगुल्फसंधिं दक्षिणगुल्फेन पीडयित्वा शिवविनायकवागीशान्स्मरल्लिङ्गनालं समाकृष्य निरुध्य निरुद्धस्य पवनस्य नाड्यन्तरप्रवेशपरिहारार्थमाकुञ्चितोल्बणबन्धं कृत्वा रेफबिन्दुयुक्तं प्रणवमनुस्मरन्मूलाधारपवनं निरोधयेत्। मूलाधाराकुञ्चनलक्षणं

[१]च त्र्यम्बकम्॥ [२]लिङ्गे॥ [३]अव्यग्रतः॥ [४]अग्नियुक्तेन॥ [५]मध्यमे॥ [६]निरोधने॥ [७]निरुद्धवायुना॥ [८]दहति॥ [९]ध्रुवम्॥

मूलबन्धं कुर्यादित्यर्थः। अयमुत्कर्षप्राणायामयोग आगमे सविशेषो दर्शितः – अथोत्कर्षाभिधानस्य प्राणायामस्य संयमः। इडाधः सीवनीं सूक्ष्मां पीडयेद्वामगुल्फतः। तद्गुल्फोपरि निक्षिप्य दक्षगुल्फं समं स्थिरम्। जङ्घोरुसंधिं निश्छिद्रां[1] बद्धाऽऽसीत समाहितः। मूलाधारे चतुष्पत्रे रक्तकिञ्जल्कशोभिते। मनसा प्रणवं ध्यायन्दक्षगुल्फं विलोकयन्। यावन्मनोलयस्तस्मिंस्तावद्वायुं निरोधयेत्। अपानोऽनेन योगेन वह्निस्थानं व्रजेत्तदा। आग्नेये मण्डले रक्ते त्रिकोणे देहधारकः। वैश्वानरो वसत्यग्निरन्नपानादिपाचकः। अपानमग्निना सार्धं प्राणं तत्रैव निश्चलम्। धारयेत्प्रणवं ध्यायन्यावदग्निर्जितो भवेत्। जातेऽग्निविजये सम्यगूर्ध्वं तद्वह्निमण्डलात्। कन्दनाभेरधस्ताच्च स्वाधिष्ठाने च षड्दले। प्राणापानौ समारोप्य निश्चलं वह्निना सह। नाभिं विलोकयन्दृष्ट्या मनसा प्रणवं स्मरन्। यावन्मनोलयस्तस्मिंस्तावद्वायुं निरोधयेत्। ततोऽग्निनाऽभ्यावर्तेन[2] प्रबोधं याति कुण्डली। प्रबुद्धा कुण्डली कन्दनाभिरन्ध्रात्फणं स्वकम्। अपाकरोति तेनैतत्सुषुम्नामूलरन्ध्रकम्। विवृतं भवति क्षिप्रं तस्मिन्वायुं प्रपूरयेत्। शनैः साग्नि सुषुम्नायामा मूर्ध्नः प्रणवं स्मरेत्। धारयेन्मारुतं[3] साग्नि सुषुम्नारन्ध्रमूर्धनि। मरुताऽऽपूरिते देहे सुसर्वाङ्गे सवह्निना। तदात्मा दृश्यते मूर्ध्नि यथाऽऽकाशे प्रभाकरः इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.42) — ‹Cealaltă gleznă (*gulpha*) decât cea dreaptă›: ŝpune deŝpre „controlul superior al suflurilor” (*utkarṣa-prāṇāyāma*). Trebuie să reţină suflul în „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*) presând cu glezna ŝtângă rafeul perineal (*sīvanī*), presând cu glezna dreaptă ĉhiar acea articulaţie a gleznei ŝtângi aflată sub [ambii] genunĉhi, amintindu-şi de Śiva, Vināyaka şi Vāgīśa, trăgând pe deplin în sus tubul penisului (*liṅga-nāla*), făcând o contraĉţie (*bandha*) foarte puternică prin îndoire (*ākuñcita*) şi blocând suflul (*pavana*) care a foŝt reţinut în scopul prevenirii pătrunderii în interiorul traseelor psiho-energetice (*nāḍī*), amintindu-şi de *praṇava* (AUṀ) împreună cu *repha* şi *bindu*. Trebuie să facă „contraĉţia rădăcinii” (*mūla-bandha*) caraĉterizată prin/de contraĉţia „suportului rădăcină” (*mūlādhāra*) – aŝtfel eŝte înţelesul. Aceaŝtă praĉtică (*yoga*) a „controlului superior al suflurilor” (*utkarṣa-prāṇāyāma*)” eŝte prezentată în mod detaliat în scriptură (*āgama*):

> Aŝtfel eŝte disciplina (*saṁyama*) „controlului suflurilor” (*prāṇāyāma*)
> Numită „cea superioară” (*utkarṣa*):
> Trebuie să preseze cu glezna ŝtângă sub *iḍā*
> Rafeul perineal (*sīvanī*) care eŝte subtil,
>
> Aşezând [apoi] glezna dreaptă deasupra acelei glezne [ŝtângi],
> Într-un mod eĉhilibrat şi ŝtabil,
> Fixând fără de interŝtiţii unirea/articulaţia dintre gambă şi coapsă –
> Aŝtfel trebuie să ŝtea cel recules/concentrat (*samāhita*),
>
> Privind glezna dreaptă
> Şi meditând asupra lui *praṇava* (AUṀ)
> Cu mintea (*manas*) în „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*)
> Care are patru petale împodobite cu filamente roşii.
>
> Atât timp cât dizolvarea minţii are loc acolo,
> Tot atât timp trebuie să reţină/oprească suflul.
> Atunci, prin aceaŝtă praĉtică (*yoga*), „suflul ce coboară” (*apāna*)
> Ajunge în sălaşul focului/în inimă (*vahni-ŝthāna*).
>
> În triunghiul roşu aflat în *maṇḍala* de foc
> Locuieŝte susţinătorul trupului,
> Focul Vaiśvānara, cel care digeră
> Hrana (*anna*), băutura (*pāna*) etc.

[1] निच्छिद्रां॥ [2] सवातेन॥ [3] मरुतः॥

Trebuie să țină fără de mișcare, chiar acolo,
„Suflul ce iese” (*prāṇa*) și „suflul ce coboară” (*apāna*) împreună cu focul (*agni*),
Meditând asupra lui *praṇava* (AUṂ)
Până când focul (*agni*) devine supus.

După ce a avut loc pe deplin victoria asupra focului (*agni*),
[Merge] în sus din acea *maṇḍala* a focului
În [vortexul] „propriului loc” (*svādhiṣṭhāna*), care are șase petale,
De sub nodul ombilicului (*kanda-nābhi*).

Ridicând împreună „suflul ce iese” (*prāṇa*) și „suflul ce coboară” (*apāna*),
[Ținându-le] fără de mișcare împreună cu focul (*vahni*),
Privind cu ochii ombilicul (*nābhi*),
Amintindu-și cu mintea (*manas*) de *praṇava* (AUṂ).

Atât timp cât dizolvarea minții are loc acolo,
Tot atât timp trebuie să rețină/oprească suflul.
Apoi, Kuṇḍalī ajunge la trezvie (*prabodha*)
Printr-o mișcare repetată/ascendentă a focului (*agni*).

Kuṇḍalī, fiind trezită,
Retrage propria-i „glugă”
Din apertura nodului ombilicului (*kanda-nābhi*),
Iar prin aceasta apertura de la rădăcina „celei miloștive” (*suṣumnā*)

Devine repede ne-acoperită –
Acolo trebuie să umple pe deplin cu suflu (*vāyu*).
Trebuie să-și amintească de *praṇava* (AUṂ), încet, împreună cu focul,
În „cea miloștivă” (*suṣumnā*), până în creștet (*mūrdhan*).

Trebuie să țină suflul (*mārut*) împreună cu focul
În apertura din creștet (*mūrdhan*) a „celei miloștive” (*suṣumnā*).
Atunci când trupul este umplut cu suflu (*mārut*),
Când toate mădularele [sunt umplute cu suflu] împreună cu focul (*vahni*),
Atunci acel sine (*ātman*) este văzut în creștet (*mūrdhan*)
Precum „cel ce face lumină” (soarele) pe cer.

वायुजयचिह्नानि
Semnele cuceririi suflului (*vāyu*)

प्रस्वेदः प्रथमः पश्चात्कम्पनं मुनिपुंगव[१] ।
उत्थानं च शरीरस्य चिह्नमेतज्जितेऽनिले[२] ॥ ४२ ॥

42. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
La început transpirația abundentă (*prasveda*), mai apoi tremurul (*kampana*),
Iar [în cele din urmă] ridicarea trupului [de la pământ] –
Acestea sunt semnele atunci când suflul (*anila*) este cucerit.

---

[१] ०सत्तम ॥ [२] अनले ॥

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — वायुजयसूचकचिह्नान्याह – प्रस्वेद इति॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Transpirația abundentă (*prasveda*)›: spune despre semnele care indică cucerirea suflului (*vāyu*).

वायुजयेन रोगपापविनाशवैराग्यपूर्विका ज्ञानोत्पत्तिः

Apariția cunoașterii prin cucerirea suflurilor, precedată de detașare și de distrugerea bolilor și a păcatelor

एवमभ्यसतस्तस्य[१] मूलरोगो विनश्यति।
भगंदरं[२] च नष्टं स्यात्सर्वरोगाश्च[३] सांकृते[४] ॥४३॥

43. Pentru cel care practică astfel
Hemoroizii (*mūla-roga*) dispar,
Fistulele anale (*bhagaṁdara*) dispar,
O, Sāṁkṛti! Toate bolile (*roga*) [dispar],

पातकानि विनश्यन्ति क्षुद्राणि च महान्ति च।
नष्टे पापे विशुद्धं स्याच्चित्तदर्पणमद्भुतम्[५]।
पुनर्ब्रह्मादिभोगेभ्यो[६] वैराग्यं जायते हृदि॥४४॥

44. Păcatele (*pātaka*) dispar,
Fie ele mici sau mari.
Atunci când dispare păcatul (*pāpa*),
Minunata oglindă a minții (*citta*) devine pe deplin pură.
Apoi, prin bucuriile (*bhoga*)[1] lui Brahmā etc.,
Apare în inimă detașarea (*vairāgya*).

विद्यारण्य — अनेन योगेन न केवलमारोग्यं किंतु समाधानं ज्ञानमप्यपवर्गफलं भवतीत्याह – पुनर्ब्रह्मादीति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.52) — ‹Apoi[, prin bucuriile (*bhoga*)] lui Brahmā etc.›: spune că prin această practică (*yoga*) nu doar absența bolii (*ārogya*) este rodul desăvârșirii/eliberării (*apavarga*), ci și contemplarea (*samādhāna*) și cunoașterea (*jñāna*).

विरक्तस्य तु संसाराज्ज्ञानं कैवल्यसाधनम्।
तेन पाशापहानिः[७] स्याज्ज्ञात्वा देवं सदाशिवम्[८] ॥४५॥

45. Cunoașterea celui detașat
Duce direct la eliberarea (*kaivalya*) din *saṁsāra*.
Prin aceasta legăturile (*pāśa*) dispar[2]
Cunoscându-l pe zeul atotbinevoitor (Sadāśiva).[3]

विद्यारण्य — ज्ञात्वा देवमिति। ज्ञात्वा देवं सर्वपाशापहानिः क्षीणैः क्लेशैर्जन्ममृत्युप्रहाणिः इति श्वेताश्वतरोपनिषदित्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.53) — ‹Cunoscându-l pe zeul›:

---

[१]अभ्यासतस्तस्य॥ [२]भगन्धरम्॥ [३]०रोगाणि॥ [४]तथाऽ(न्ये/न्या) व्याधयो मुने॥ [५]उत्तमम्॥ [६]०लोकेभ्यः॥ [७]पापापहानिः॥ [८]ज्ञानादेव सदाशिवः। इति श्रुतिः॥

1 Var. n. ६: „din lumile (*loka*)”.
2 Var. *n.* ७: „păcatele (*pāpa*) dispar”.
3 Var. *n.* ८: „Cu adevărat din/prin cunoaștere (*jñāna*) este «cel atotbinevoitor» (Sadāśiva)”.

Cunoscând zeul are loc dispariția tuturor legăturilor (*pāśa*),
Iar prin tulburările (*kleśa*) distruse încetarea nașterii și a morții.[1]

– astfel este înțelesul în *Śvetāśvatara-upaniṣad*.

अहो ज्ञानामृतं मुक्त्वा मायया परिमोहिताः ।
परिभ्रमन्ति संसारे सदाऽसारे नराधमाः ॥
O! Cei mai josnici dintre oameni,
Prea-confuzi din cauza iluziei (*māyā*),
Abandonând nectarul cunoașterii (*jñāna-amṛta*)
Rătăcesc mereu prin *saṁsāra*, cea lipsită de esență (*asāra*).

ज्ञानामृतरसो येन सकृदास्वादितो भवेत् ।
स सर्वकार्यमुत्सृज्य तत्रैव परिधावति ॥ ४६ ॥
46. Cel care a gustat cel puțin o dată
Din esența nectarului cunoașterii (*jñāna-amṛta*),
Acela, renunțând la toate acțiunile (*kārya*),
Aleargă cu adevărat într-acolo.

ज्ञानामृतरसः प्रायस्तेन नाऽऽस्वादितो भवेत् ।
यो वाऽन्यत्रापि रमते तद्विहायैव दुर्मतिः ॥
Se prea poate ca esența nectarului cunoașterii (*jñāna-amṛta*),
Să nu fi fost gustată de acela niciodată,
Ori cel care se desfată în altă parte,
Părăsind-o tocmai pe aceasta, este o minte rea (*durmati*).

विचारण्य — असारसंसारपरिभ्रमणं ज्ञानामृतरसापरिज्ञानादित्युक्तम् । तत्परिज्ञानवतस्तु तद्विरहमाह – ज्ञानामृतेति ॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.55) — Se spune că rătăcirea prin *saṁsāra*, cea lipsită de esență (*asāra*), este din cauza ne-cunoașterii depline a esenței nectarului cunoașterii (*jñāna-amṛta*).

‹Nectarul cunoașterii (*jñāna-amṛta*)›: spune că separarea/absența din această [*saṁsāra*] este a celui care posedă deplina cunoaștere a acestuia.

ज्ञानस्वरूपमेवाऽऽहुर्जगदेतद्विचक्षणाः[1] ।
अर्थस्वरूपमज्ञानात्पश्यन्त्यन्ये कुदृष्टयः ॥ ४७ ॥
47. Înțelepții spun că această lume (*jagat*)[2]
Este cu adevărat de natura cunoașterii (*jñāna*);
Iar alții, cu vederea slabă din cauza ne-cunoașterii (*ajñāna*),
Văd [lumea] ca fiind de natura obiectului/materiei (*artha*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — विचक्षणाः ज्ञानिनः ॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Înțelepții›: posesorii cunoașterii (*jñānin*).

[1] विलक्षणम्/णाः ॥

1 *ŚatU* I.11ab.
2 Var. *n.* [1]: „Cei care văd/discern (*vilakṣaṇa*) spun că această lume (*jagat*)" sau „Spun că această lume (*jagat*) felurit (*vilakṣaṇa*) [alcătuită]".

विद्यारण्य — चराचरजगज्जातस्य [1]परशिवपरिकल्पितत्वेन वस्तुतस्तन्मयतां तत्त्वविदः पश्यन्तीत्याह – ज्ञानस्वरूपमिति। सद्बीदं सर्वं सत्सदिति। चिद्बीदं सर्वं काशते काशते चेति तापनीयश्रुतिः। ज्ञानात्पृथगर्थस्य पारमार्थिकत्वाभिमानस्त्वविद्यैकनिबन्धन इत्याह – अर्थेति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.57) — ‹Natura cunoașterii (*jñāna*)›: ștune că, [deși] manifestarea lumii (*jagat*) celor mobile|ne-mobile (*cara*|*acara*) este concepută/creată de/în Paraśiva, în realitate cunoscătorii realului (*tattva*) văd că este alcătuit din acesta (*i.e.* Paraśiva). Astfel este în scriptura *Tāpanīya*:

> Perceperea/realizarea ființei (*sat-dhī*) –
> Tot acest întreg cu adevărat ființează (*sat*),
> Perceperea/realizarea conștiinței (*cit-dhī*) –
> Tot acest întreg cu adevărat strălucește/apare.[1]

यज्ञैर्देवत्वमाप्नोति तपोभिर्ब्रह्मणः पदम्।
दानैर्भोगानवाप्नोति ज्ञानाद्ब्रह्माधिगच्छति॥
Prin sacrificii (*yajña*) dobândește condiția de zeu,
Prin austerități (*tapas*), starea lui Brahmā,
Prin daruri (*dāna*) obține plăceri (*bhoga*),
Prin cunoaștere (*jñāna*) ajunge la *bráhman*.

कर्मणा केचिदिच्छन्ति कैवल्यं मुनिसत्तम।
ते मूढा मुनिशार्दूल प्लवा ह्येत इति श्रुतिः॥
O, cel mai bun dintre înțelepți!
Unii doresc eliberarea (*kaivalya*) prin acțiune/ritual (*karman*),
O, tigru al înțelepților! Aceștia sunt confuzi/proști, [căci]
„Acestea sunt, desigur, plute (*plava*)” – astfel [ștune] scriptura (*śruti*).

विद्यारण्य — प्लवा ह्येत इति। प्लवा ह्येते अदृढा यज्ञरूपा अष्टादशोक्तमवरं येषु कर्म। एतच्छ्रेयो येऽभिनन्दन्ति मूढा जरामृत्युं ते पुनरेवापि यन्तीति मुण्डकश्रुतिरपवर्गस्य कर्मसाध्यतां प्रतिक्षिपतीत्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVI.59) — ‹„Acestea sunt doar plute (*plava*)”›: scriptura (*śruti*) *Muṇḍaka* respinge posibilitatea realizării desăvârșirii/eliberării (*apavarga*) prin acțiune/ritual (*karman*) –

> Cele sub forma sacrificiilor (*yajña*) sunt, desigur, plute (*plava*) ne-sigure[2].
> Acțiunea/ritualul (*karman*) în aceștea, menționată ca fiind 18[3], este inferioară.
> Cei care laudă aceșta ca fiind binele suprem (*śreyas*) sunt confuzi/proști,
> Aceștia ajung din nou și din nou la bătrânețe și la moarte.[4]

– astfel este înțelesul.

[1]परशिवे॥

1 *NsutU* VII.
2 Var.: „tranzitorii (*plava*), ne-sigure (*adṛḍha*)”.
3 „18 [feluri]”: 16 preoți (*ṛtvij*), cel care sacrifică (*yajamāna*) și soția (*patnī*) acestuia (v. com. lui Śaṁkara la această strofă).
4 *MuU* I.2.7.

आत्मैवेदं जगत्सर्वमिति जानन्ति पण्डिताः।
अज्ञानेनाऽऽवृता मर्त्या न विजानन्ति शंकरम्॥
„Sinele (*ātman*) este toată această întreagă lume (*jagat*)" –
Astfel cunosc învățații (*paṇḍita*).
Muritorii învăluiți de ne-cunoaștere (*ajñāna*)
Nu îl cunosc pe Śaṁkara.

अज्ञानपाशबद्धत्वादमुक्तः पुरुषः स्मृतः।
ज्ञानात्तस्य निवृत्तिः स्यात्प्रकाशात्तमसो यथा॥
Din cauza stării de a fi prins în lațul (*pāśa*) ne-cunoașterii (*ajñāna*)
Persoana este considerată ca fiind ne-izbăvită (*amukta*).
Prin cunoaștere (*jñāna*) are loc dispariția acestui [laț],
Tot așa cum prin lumină [are loc dispariția] întunericului (*tamas*).

आत्मस्वरूपविज्ञानादज्ञानस्य परिक्षयः।
क्षीणेऽज्ञाने महाप्राज्ञ रागादीनां परिक्षयः॥४८॥
48. Dispariția pe deplin a ne-cunoașterii (*ajñāna*)
Rezultă din deplina cunoaștere (*vijñāna*) a naturii sinelui (*ātman*).
O, mare înțelept! Atunci când ne-cunoașterea (*ajñāna*) a dispărut
Are loc dispariția pe deplin a atracției/patimii (*rāga*) etc.

विद्यारण्य — ज्ञानान्मिथ्याज्ञाननिवृत्तौ तन्निबन्धनरागाद्यभावेन धर्माधर्मप्रवृत्तिविरहे तदुभयफलभोगनिमित्तस्य शरीरपरिग्रहस्याभावाद्दुःखात्यन्तनिवृत्तिरपवर्गो भवतीत्याह – आत्मस्वरूपेति। तथा च गौतमसूत्रम् – दुःखजन्मप्रवृत्तिदोषमिथ्याज्ञानानामुत्तरोत्तरापाये तदनन्तरापायादपवर्गः[1] इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.62) — ‹Naturii sinelui (*ātman*)›: Spune că desăvârșirea/eliberarea (*apavarga*) este încetarea absolută a suferinței (*duḥkha*) prin cunoașterea (*jñāna*) care are loc atunci când încetează cunoașterea falsă, prin absența atracției/patimii (*rāga*) etc. care depinde de această [cunoaștere falsă] și prin ne-existența asumării corpului (*śarīra-parigraha*) care este cauza [eficientă] (*nimitta*) experienței rezultatelor ambelor [aspecte anterioare]. Și tot astfel în *Gautama-sūtra* –

> Desăvârșirea/eliberarea (*apavarga*) rezultă din dispariția celui imediat următor în dispariția succesivă a: cunoașterii greșite (*mithyā-jñāna*), greșelilor/defectelor (*doṣa*), activității (*pravṛtti*), nașterii (*janman*) și suferinței (*duḥkha*).[1]

[1] **तदनन्तराभावादपवर्गः॥**

1 *NS* I.1.2. Lanțul cauzal este:

a. prin dispariția cunoașterii greșite (*mithyā-jñāna*) cu privire la sine (*ātman*) dispar greșelile/defectele (*doṣa*) precum atracția (*rāga*), repulsia (*dveṣa*), confuzia (*moha*) etc.;
b. prin dispariția greșelilor/defectelor (*doṣa*) dispare activitatea (*pravṛtti*);
c. prin dispariția activității (*pravṛtti*) dispare nașterea (*janman*) ca necesitate a experimentării rezultatelor acțiunilor (*karman*);
d. prin dispariția nașterii (*janman*) dispare suferința (*duḥkha*).

रागाद्यसंभवे प्राज्ञ पुण्यपापविमर्शनम्[१] ।
तयोर्नाशे शरीरेण न पुनः संप्रयुज्यते ॥ ४९ ॥

49. O, înțeleptule! Atunci când nu mai există atracție/patimă (*rāga*) etc.
Are loc deplina cunoaștere/îndepărtare (*vimarśana*)[1]
Atât a păcatului (*pāpa*) cât și a virtuții (*puṇya*) –
Atunci când acestea două dispar nu mai este unit din nou cu un corp (*śarīra*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — विमर्शनं विशोधनं विनाशनमित्यर्थः ॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Deplina cunoaștere/îndepărtare (*vimarśana*)›: purificare (*viśodhana*) și anihilare/îndepărtare (*vināśana*) – astfel este înțelesul.

अशरीरो महानात्मा सुखदुःखैर्न बाध्यते ।
क्लेशमुक्तः प्रसन्नात्मा मुक्त इत्युच्यते बुधैः ॥
Supremul sine (*ātman*) este ne-corporal,
Netulburat de plăcere|durere (*sukha|duḥkha*),
Izbăvit din suferințe (*kleśa*), a cărui natură este pură/miloștivă (*prasanna*),
Izbăvit (*mukta*) – astfel este descris de către cei înțelepți.

तस्मादज्ञानमूलानि सर्वदुःखानि देहिनाम् ।
ज्ञानेनैव निवृत्तिः स्यादज्ञानस्य न कर्मभिः ॥
De aceea toate suferințele (*duḥkha*) celor întrupați
Au drept rădăcină ne-cunoașterea (*ajñāna*).
Doar prin cunoaștere (*jñāna*) are loc încetarea ne-cunoașterii (*ajñāna*),
Nu prin acțiuni/ritualuri (*karman*).

नास्ति ज्ञानात्परं किंचित्पवित्रं पापनाशनम् ।
तदभ्यासादृते नास्ति संसारच्छेदकारणम् ॥
Nu există nimic, câtuși de puțin, superior cunoașterii (*jñāna*),
Purificator și distrugător al păcatelor (*pāpa*).
Cu excepția practicării acesteia
Nu există [alt] instrument pentru distrugerea *saṁsāra*-ei.

सर्वमुक्तं समासेन तव स्नेहान्महामुने ।
गोपनीयं[२] त्वयैवैष वेदान्तार्थो महामुने ॥
O, mare înțelept! Din afecțiune pentru tine
Totul a fost descris succint.
O, mare înțelept! Acest înțeles al Vedântei
Trebuie, desigur, protejat/ascuns de către tine.

[१] (वि/उप)मर्दनम् ॥ [२] गोपनीयः ॥

1 Var. *n.* १: „Are loc distrugerea (*vimardana*)”.

विद्यारण्य — [१]गोपनीयमिति। ज्ञानस्यैव हेतुत्वं कर्मणामहेतुत्वं च यद्यपि सकलवेदान्तार्थस्तथाऽपि मुर्खेषु न प्रकाशनीयम्। न बुद्धिभेदं जनयेदज्ञानां कर्मसङ्गिनाम्। जोषयेत्सर्वकर्माणि विद्वान्युक्तः समाचरन्निति गीतासु भगवतोक्तमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVI.67) — ‹Trebuie protejat/ascuns›: deși ștarea de cauzalitate este doar a cunoașterii (*jñāna*) iar ștarea de ne-cauzalitate este a acțiunilor/ritualurilor (*karman*), totuși întregul înțeles al Vedântei nu trebuie să fie făcut cunoscut celor neghiobi. Astfel a fost ștpus de către Domnul în *Gītā*:

> Nu trebuie să producă tulburarea minții
> Celor ne-cunoscători (*ajña*) atașați de acțiune/ritual (*karman*);
> Cel ce știe trebuie să practice toate acțiunile/ritualurile (*karman*)
> Fiind concentrat și îndeplinindu-le în mod corect.[1]

– astfel este înțelesul.

इति दर्शनोपनिषत्सु षष्ठः खण्डः॥

Astfel a fost al șaselea capitol din *Darśana-upaniṣad*

[१]गोपनीयः॥

1 *BhG* III.26.

Capitolul VII

प्रत्याहारलक्षणं तद्भेदाश्च
Caracteristicile și diversele tipuri de retragere (*pratyāhāra*)

अथातः संप्रवक्ष्यामि प्रत्याहारं महामुने।
इन्द्रियाणां विचरतां विषयेषु स्वभावतः॥१॥

1. O, mare sfânt!
Acum o să-ți descriu pe deplin retragerea (*pratyāhāra*).
Starea de rătăcire a instrumentelor (*indriya*) [de cunoaștere]
În/după obiectele lor (*viṣaya*) este naturală (*svabhāva*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यमनियमासनप्राणायामेयत्ता प्रतिपाद्य ततः प्रत्याहारस्वरूपमाह – अथेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Acum›: Spune despre natura retragerii (*pratyāhāra*) după ce au fost dobândite într-o bună măsură regulile obligatorii (*yama*), regulile conjuncturale (*niyama*), posturile (*āsana*) și controlul suflurilor (*prāṇāyāma*).

विद्यारण्य — यतो जितप्राणस्यैवेन्द्रियनियमनहेतुप्रत्याहारसंभवोऽतस्तदनन्तरं स उच्यत इत्याह – अथात इति। लक्षणमाह – इन्द्रियाणामिति। आह – पतञ्जलिः – [१]स्वविषयासंप्रयोगे[२] चित्तस्वरूपानुकार इवेन्द्रियाणां प्रत्याहारः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVII.1) — ‹Acum›: Spune că deoarece manifestarea retragerii (*pratyāhāra*) ce are drept cauză controlul instrumentelor (*indriya*) [de cunoaștere] este doar a celui ce are suflul (*prāṇa*) stăpânit, de aceea această [*pratyāhāra*] este descrisă după aceea.

‹A instrumentelor (*indriya*) [de cunoaștere]›: Spune caracteristica (*lakṣaṇa*) [acestora]. Astfel a spus Patañjali –

> Atunci când nu se află într-o deplină unire cu propriile obiecte (*viṣaya*), retragerea (*pratyāhāra*) instrumentelor (*indriya*) [de cunoaștere] este ca și cum ar fi aidoma propriei naturi a psihicului (*citta-svarūpa*).[1]

बलादाहरणं तेषां प्रत्याहारः स उच्यते।
यत्पश्यति तु[३] तत्सर्वं ब्रह्म [४]पश्यन्समाहितः॥२॥

2. Se spune că această retragere (*pratyāhāra*)
Este acea luare cu forța a acestor [instrumente (*indriya*) de cunoaștere].
Orice vede cel cu [mintea] adunată
Bráhman este văzut în toate acestea –

विद्यारण्य — ज्ञेयप्रपञ्चस्य सर्वस्य ज्ञानादव्यतिरेकानुसंधानमिन्द्रियनियमनादपि प्रशस्तः प्रत्याहार इत्याह – यद्यदिति। ब्रह्मैवेदममृतं पुरस्ताद्ब्रह्म पश्चाद्ब्रह्म दक्षिणतश्चोत्तरेण। अधश्चोर्ध्वं च प्रसृतं[५] ब्रह्मैवेदं विश्वमिदं वरिष्ठमिति हि मुण्डकोपनिषत्॥

---

[१]स्वस्वविषया०॥ [२]स्वविषयासंयोगे॥ [३]यद्यत्पश्यति॥ [४]पश्येत्॥ [५]प्रसूतम्। प्रसिद्धम्॥

---

1 *YS* II.54.

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.2) — ‹Orice›: Spune că retragerea (*pratyāhāra*) este superioară chiar și controlului instrumentelor (*indriya*), fiind investigarea (*anusaṁdhāna*) ne-diferențierii/-separării (*avyatireka*) față de cunoașterea (*jñāna*) întregului univers (*prapañca*) de cunoscut. Astfel este în *Muṇḍaka-upaniṣad*:

> Acest *bráhman* ne-muritor (*amṛta*) este înainte,
> *Bráhman* este în spate, *bráhman* este la dreapta și la stânga,
> Răspândit fiind și în jos și în sus –
> *Bráhman* cu adevărat este acest univers (*viśva*), acest suprem (*variṣṭha*).[1]

प्रत्याहारो [1]भवेदेष ब्रह्मविद्भिः पुरोदितः।
[2]यद्यच्छुद्धमशुद्धं वा करोत्यामरणान्तिकम्॥ ३॥

3. Această este retragerea (*pratyāhāra*)
Descrisă din vechime de către cunoscătorii lui *bráhman*.
Orice ar înfăptui [yoginul] până la moarte,
Fie că-i pur sau impur,

विद्यारण्य — सर्वव्यापारजातस्य ब्रह्मणि समर्पणलक्षणमपरं प्रत्याहारमाह – यदि शुद्धमिति। यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत्। यत्तपस्यसि कौन्तेय तत्कुरुष्व मदर्पणम्॥ शुभाशुभफलैरेवं मोक्ष्यसे कर्मबन्धनैः इति हि गीतासु॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.3) — ‹Fie că-i pur›: Spune că o altă retragere (*pratyāhāra*) [a instrumentelor de cunoaștere] este caracterizată de deplina consacrare întru *bráhman* a întregii multitudini de activități (*vyāpāra*). Astfel este în *Gītā*:

> Ceea ce faci, ceea ce mănânci,
> Ceea ce jertfești, ceea ce dăruiești,
> Ceea ce înduri ca asceză,
> O, fiu al lui Kuntī, fă aceea ca ofrandă pentru mine!
> Astfel vei fi eliberat din legăturile acțiunii (*karman*)
> Împreună cu roadele [acestei], bune|rele (*śubha|aśubha*).[2]

तत्सर्वं ब्रह्मणे कुर्यात्प्रत्याहारः स[3] उच्यते।
अथवा नित्यकर्माणि ब्रह्माराधनबुद्धितः॥ ४॥

4. Toate acestea trebuie să le facă întru *bráhman* –
Astfel este descrisă această retragere (*pratyāhāra*).
Sau: cu o atitudine (*buddhi*) de adorare a lui *bráhman*
Trebuie să îndeplinească atât îndatoririle obligatorii (*nitya-karman*),

विद्यारण्य — निषिद्धानि वर्जयित्वा नित्यानां काम्यानां च फलानभिसंधानेन भगवदाराधनबुद्ध्याऽनुष्ठानलक्षणमपरं प्रत्याहारमाह – अथवा नित्येति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.4) — ‹Sau: [...] obligatorii (*nitya*)›: Spune că o altă [formă de] retragere (*pratyāhāra*) [a instrumentelor de cunoaștere] este caracterizată de împlinirea

[1]भवति॥ [2]यदि शुद्धम्॥ [3]अयम्॥

1 *MuU* II.2.11.
2 *BhG* IX.27-28ab.

celor obligatorii (*nitya*) și a celor dorite (*kāmya*), abandonându-le pe cele interzise (*niṣiddha*), printr-o atitudine (*buddhi*) de adorare a Domnului (*bhagavat*) și ne-atașare/-interesare cu privire la roadele [acțiunilor].

काम्यानि च तथा[१] कुर्यात्प्रत्याहारः स उच्यते।
अथवा वायुमाकृष्य स्थानात्स्थानं[२] निरोधयेत्॥५॥

5. Cât și cele opționale/dorite (*kāmya*) –
Așțfel eșțe descrisă aceașță retragere (*pratyāhāra*).
Sau: trăgând suflul (*vāyu*),
Trebuie ținut din loc în loc:

विचारण्य — दन्तमूलात्पादाङ्गुष्ठपर्यन्तं प्राणस्यापकर्षणरूपमपरं प्रत्याहारमाह – अथवा वायुमिति। पूर्वस्थानादपरं स्थानं प्रति वायुमाकृष्यैकैकत्र स्थाने[३] यावदखिलोऽपि प्राण आगत्य स्थिरो भवति तावच्चित्तं धारयेत्। अनन्तरमवस्थानान्तरं[४] नयेदित्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.5) — ‹Sau: [trăgând] suflul (*vāyu*)›: șpune că o altă [formă de] retragere (*pratyāhāra*) eșțe de natura extragerii suflului (*prāṇa*) de la rădăcina dinților (*danta-mūla*) până la degetele mari ale picioarelor (*pāda-aṅguṣṭha*). Trăgând suflul (*vāyu*) din locul anterior către locul următor, trebuie să [men/con]țină mintea/psihicul (*citta*) în fiecare loc în parte până când devine ștabil/neclintit tot suflul (*prāṇa*) ajuns [acolo]. Imediat după aceea trebuie să conducă [suflul/mintea] către un alt loc/ștare (*avaśthāna*) – așțfel eșțe înțelesul.

दन्तमूलात्तथा कण्ठे कण्ठादुरसि मारुतम्।
उरोदेशात्समाकृष्य नाभिदेशे[५] निरोधयेत्।
[६]नाभिदेशात्समाकृष्य कुण्डल्यां तु निरोधयेत्॥६॥

6. De la rădăcina dinților (*danta-mūla*) la gât (*kaṇṭha*),
De la gât (*kaṇṭha*) la piept (*uras*),
Trăgând suflul (*māruta*) din regiunea pieptului (*uras*)
Trebuie să-l țină în regiunea[1] ombilicului (*nābhi*);
Trăgându-l din regiunea ombilicului (*nābhi*)
Trebuie să-l țină în [regiunea lui] Kuṇḍalī;

विचारण्य — तानि धारणास्थानान्यवरोहेणाऽऽह – दन्तमूलादिति।

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.6) — ‹De la rădăcina dinților (*danta-mūla*)›: șpune că aceșțea sunt în ordine descendentă locurile pentru concentrare (*dhāraṇā*).

कुण्डलीदेशतो विद्वान्मूलाधारे निरोधयेत्।
अथापानात्कटिद्वन्द्वे तथोरौ च सुमध्यमे[७] ॥७॥

7. Iar din regiunea lui Kuṇḍalī
Înțeleptul trebuie să-l țină în „suportul rădăcină” (*mūlādhāra*);

---

[१]ततः॥ [२](स्थाना/तत्त)त्स्थाने। स्थानान्तस्थम्॥ [३]एकस्थाने॥ [४]अनन्तरमेव स्थानान्तरम्॥ [५]०कन्दे॥ [६]नाभिकन्दात्॥ [७]तथाऽपाने कटिद्वंद्वे तथोरुद्वयमध्यमे॥

1 Var. n. ५: „nodul (*kanda*)”.

Astfel, din [lăcașul] „suflului ce coboară” (*apāna*)
Trebuie să-l țină în cele două fese/șolduri (*kaṭi*);
La fel în mijlocul celor două coapse (*uru*);

[1]तस्माज्जानुद्वये जङ्घे पादाङ्गुष्ठे निरोधयेत्।
प्रत्याहारोऽयमुक्तस्तु[2] प्रत्याहारपरैः[3] पुरा॥८॥

8. După aceea în cei doi genunchi (*jānu*),
În gambe (*jaṅghā*) și în degetele mari de la picioare (*pāda-aṅguṣṭha*) –
Aceasta este retragerea (*pratyāhāra*) descrisă
De către cunoscătorii din vechime ai retragerii (*pratyāhāra*).

विद्यारण्य — प्रत्याहारोऽयमिति। दन्तमूलमारभ्योक्तस्थानक्रमेण प्राणस्य पादाङ्गुष्ठप्रत्याहरणं प्रत्याहारः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVII.9) — ‹Aceasta este retragerea (*pratyāhāra*)›: retragerea (*pratyāhāra*) este luarea înapoi (*pratyāharaṇa*) a suflului (*prāṇa*) începând de la rădăcina dinților (*danta-mūla*), în ordinea locurilor menționate, până la degetul mare al piciorului (*pāda-aṅguṣṭha*).

प्रत्याहारफलम्
Rezultatele retragerii (*pratyāhāra*)

एवमभ्यासयुक्तस्य पुरुषस्य महात्मनः।
सर्वपापानि नश्यन्ति भवरोगाश्च[4] सुव्रत॥९॥

9. O, tu, preavirtuosule!
Astfel, pentru persoana cu suflet mare (*mahātman*)
Care practică consecvent [retragerea (*pratyāhāra*)],
Toate păcatele (*pāpa*) și bolile (*roga*) lumii dispar.

वायुधारणात्मकप्रत्याहारः
Retragerea (*pratyāhāra*) caracterizată prin retenția suflului

[अथवा तव वक्ष्यामि प्रत्याहारान्तरं मुने।]
नासाभ्यां[5] वायुमाकृष्य निश्चलः स्वस्तिकासनः।
पूरयेदनिलं विद्वानापादतलमस्तकम्॥१०॥

10. [O, sfântule! Acum ție îți voi descrie
O altă retragere (*pratyāhāra*) a instrumentelor de cunoaștere:]
Trăgând suflul (*vāyu*) prin cele două nări,
Înțeleptul aflat neclintit în „postura prosperității” (*svastika-āsana*)
Trebuie să umple [corpul] cu suflu (*anila*)
De la tălpile picioarelor (*pādatala*) până la cap (*mastaka*).

विद्यारण्य — पवनस्य पादद्वयमारभ्याऽऽरोहरूपं प्रत्याहारान्तरमाह – अथवा तवेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVII.10) — ‹Acum ție›: spune despre altă [formă] de retragere (*pratyāhāra*) [a instrumentelor de cunoaștere] a cărei natură este urcarea (*āroha*) suflului (*pavana*) începând de la cele două picioare.

---

[1]तथा॥ [2]इत्युक्तः॥ [3]प्रत्याहारस्मरैः॥ [4]०रोगश्च॥ [5]नाडीभ्याम्॥

पश्चात्पाद्द्वये तद्वन्मूलाधारे तथैव च।
नाभिकन्दे च हृन्मध्ये कण्ठमूले[१] च तालुके।
भ्रुवोर्मध्ये ललाटे च तथा मूर्धनि धारयेत्[२] ॥११॥

11. Apoi trebuie să țină [suflul] în cele două picioare (*pāda*),
De asemenea și în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*),
În nodul buricului (*nābhi-kanda*) și în mijlocul inimii (*hṛd*),
La rădăcina gâtului (*kaṇṭha-mūla*) și în cerul gurii (*tāluka*),
În mijlocul dintre sprâncene (*bhrū*) și în frunte (*lalāṭa*),
De asemenea și în cap (*mūrdhan*).

अकारं च तथोकारं मकारं च तथैव च।
नकारं च मकारं च शिकारं च वकारकम्।
यकारं च तथोङ्कारं जपेद्बुद्धिमतां वर॥
O, cel mai bun dintre înțelepți! Trebuie să repete
Fonemul A și fonemul U și, de asemenea, fonemul M,
Silaba NA și silaba MA,
Silaba ŚI și silaba VA și silaba YA
Și, de asemenea, silaba OṂ.

विद्यारण्य — पादद्वयादिस्थाननवके पूर्वपूर्वस्थानजयानन्तरमुत्तरोत्तरस्थानक्रमेणाकारादिवर्णनवकेन सह चित्तस्य धारणमित्यर्थः। एष च पवनधारणरूपः प्रत्याहार आगमे दर्शितः – चित्तात्मैक्यधृतस्य प्राणस्य स्थानसंहतिः स्थानात्। प्रत्याहारो ज्ञेयश्चैतन्ययुतस्य सम्यगनिलस्येति। धारणास्थानानि तु तत्र कानिचिदधिकानि – अङ्गुष्ठगुल्फजानुद्वितयानि गुदं च[३] सीवनी मेढ्रम्। नाभिर्हृदयं ग्रीवा सलम्बिकाग्रं तथैव नासा च। भ्रूमध्यललाटाग्रं [४]सुषुम्नाद्वादशान्तमित्येवम्। उत्क्रान्तौ परकायप्रवेशने चाऽऽगतौ[५] पुनः स्वतनौ। स्थानानि धारणायाः प्रोक्तानि मरुत्प्रयोगविधिनिपुणैः इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.13cd-14) — Concentrarea psihicului/minții (*citta*), împreună cu cele nouă silabe (*varṇa*) începând cu fonemul A, într-o succesiune a locurilor mereu superioare, imediat după cucerirea locurilor mereu anterioare, în cele nouă locuri începând cu cele două picioare (*pāda*) etc. – astfel este înțelesul. Și această retragere (*pratyāhāra*), care este de natura concentrării/ținerii suflului (*pavana*), este prezentată în scriptură (*āgama*):

> Aducerea împreună dintr-un loc într-alt loc a suflului (*prāṇa*),
> Care există ca unitate între psihic (*citta*) și sine (*ātman*),
> Trebuie cunoscută ca retragerea (*pratyāhāra*)
> Întregului suflu (*anila*) unit cu conștiința (*caitanya*).[1]

Însă acolo există câteva locuri suplimentare pentru concentrare (*dhāraṇā*):

> Degetul mare (*aṅguṣṭa*), gleznele (*gulpha*), cei doi genunchi (*jānu*),
> Anusul (*guda*), rafeul perineal (*sīvanī*), organul genital (*meḍhra*),
> Ombilicul (*nābhi*), inima (*hṛdaya*), gâtul (*grīvā*),
> Vârful uvulei (*lambikā*) și, tot astfel, nasul (*nāsā*),

[१]०कूपे॥ [२]रोधयेत्॥ [३]०द्वितयं च गुदम्॥ [४]सुषुम्नाग्रं द्वा०॥ [५]आगतौ च॥

1 *PsT* XVIII.21. Var.: „Întregului suflu (*anila*) al celui unit cu conștiința (*caitanya*)."

Mijlocul dintre sprâncene (*bhrū-madhya*), vârful frunții (*lalāṭa*),
„Cea milostivă" (*suṣumnā*) și „la finele a douăsprezece (*dvādaśānta*) [degete],
La ieșirea (*utkrānti*) și la intrarea în corpul altuia (*para-kāya-praveśana*),
Și la revenirea din nou în propriul trup –

Astfel au fost enunțate locurile pentru concentrare (*dhāraṇā*)
De către cei versați cu metoda de aplicare (*prayoga-vidhi*) a suflului (*maru*t).[1]

प्रत्याहारोऽयमित्युक्तः पण्डितैः पण्डितोत्तम।
अथवा मुनिशार्दूल प्रत्याहारं वदामि ते॥
O, cel mai bun dintre învățați!
Aceasta este „retragerea" (*pratyāhāra*) spusă de către învățați (*paṇḍita*).
Sau, o, tigru între înțelepți!
Îți spun [o altă formă de] „retragere" (*pratyāhāra*).

विद्यारण्य — विषयादिभ्यः प्रत्याहृत्य बुद्धेरात्मनि धारणरूपं प्रत्याहारान्तरमाह – अथवा मुनिशार्दूलेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVII.15) — ‹Sau, o, tigru între înțelepți!›: spune despre altă [formă de] „retragere" (*pratyāhāra*) a cărei natură este concentrarea (*dhāraṇa*) în sine (*ātman*) a intelectului (*buddhi*) după ce a fost retras din obiectele simțurilor (*viṣaya*) etc.

वेदान्तसंमतप्रत्याहारः
Retragerea (*pratyāhāra*) acceptată în Vedānta

देहे स्वात्ममतिं[1] विद्वान्समाकृष्य समाहितः।
आत्मनाऽऽत्मनि निर्द्वन्द्वे निर्विकल्पे निरोधयेत्॥ १२॥
12. Cunoscătorul cu [mintea] adunată,
Extrăgând ideea [despre existența] sinelui (*ātman*) în trup [etc.][2],
Trebuie să se concentreze prin sine (*ātman*) în sinele (*ātman*) care este
Fără de dualitate (*nirdvandva*) și fără de diferențe/imaginație (*nirvikalpa*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — किं बहुना – देहे इति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹În trup›: [adică va fi explicat] pe scurt.

विद्यारण्य — आत्मना बुद्ध्या॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVII.16) — ‹Prin sine (*ātman*)›: prin intelect (*buddhi*).

प्रत्याहारः समाख्यातः साक्षाद्वेदान्तवेदिभिः।
एवमभ्यसतस्तस्य न किंचिदपि दुर्लभम्॥ १३॥
13. Astfel este cu adevărat retragerea (*pratyāhāra*)
Descrisă către cunoscătorii Vedântei.
Printr-o astfel de practică
Nimic nu este greu de obținut pentru acesta.

[1] देहाद्यात्ममतिम्॥

1 *PsT* XIX.52cd-54.
2 Var. n. १.

तस्य पुण्यं च पापं च नहि सत्यं बृहस्पते।
अयं ब्रह्मविदां श्रेष्ठः साक्षाद्देवेश्वरः पुमान्॥
O, domn al rugăciunii (*bṛhaspati*)!
Pentru acela nu există cu adevărat virtute (*puṇya*) ori păcat (*pāpa*).
Acesta este cel mai bun dintre cunoscătorii lui *bráhman*,
Omul fiind în mod real domnul divinităților (*deva-īśvara*).

विद्यारण्य — तस्य पुण्यं चेति। पापवद्भोगकारणं पुण्यमपि संसारावहतया हेयमेव। तदा विद्वान्पुण्यपापे विधूय निरञ्जनः परमं साम्यमुपैतीति मुण्डकश्रुतिः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.18) — ‹Pentru acela [nu există cu adevărat] virtute (*puṇya*) ori›: chiar și virtutea (*puṇya*), fiind aidoma păcatului (*pāpa*) cauză a experienței, trebuie cu adevărat respinsă deoarece aduce/determină re-manifestarea (*saṁsāra*). Astfel este în scriptura *Muṇḍaka*:

> Atunci, cunoscătorul, abandonând virtutea|păcatul (*puṇya*|*pāpa*),
> Fiind fără de pată (*nirañjana*), atinge suprema identitate [cu *bráhman*].[1]

प्रत्याहारः समाख्यातः संक्षेपेण महामुने।
गोपनीयस्त्वया नित्यं गुह्याद्गुह्यतरो ह्ययम्॥
O, mare înțelept! Retragerea (*pratyāhāra*)
A fost enunțată complet dar succint.
De către tine trebuie păstrată în taină mereu,
Căci aceasta este mai secretă decât ceea ce este secret.

विद्यारण्य — गुह्यात्पवनप्रत्याहारादपि विमर्शरूपस्य प्रत्याहारस्य विशेषमाह – गोपनीय इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVII.19) — ‹Trebuie păstrată în taină›: spune despre superioritatea retragerii (*pratyāhāra*) [instrumentelor de cunoaștere], a cărei natură este cunoașterea/reflectarea (*vimarśa*), față chiar și de secreta retragere (*pratyāhāra*) a suflului (*pavana*).

इति दर्शनोपनिषत्सु सप्तमः खण्डः॥
Astfel a fost al șaptelea capitol din *Darśana-upaniṣad*

1 *MuU* III.1.3cd.

Capitolul VIII

पञ्चभूतेषु धारणा
Concentrarea (*dhāraṇā*) asupra celor cinci elemente

अथातः संप्रवक्ष्यामि धारणाः पञ्च सुव्रत।
देहमध्यगते व्योम्नि बाह्याऽऽकाशं तु धारयेत्॥ १॥

1. O, tu, preavirtuosule!
Acum o să-ți descriu amănunțit cele cinci concentrări (*dhāraṇā*):
Spațiul exterior (*ākāśa*) trebuie să fie [con]ținut
În spațiul (*vyoman*) din mijlocul trupului.

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — प्रत्याहारलक्षणमुक्त्वा धारणालक्षणमाह – अथेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Acum›: spune despre caracteristicile concentrării (*dhāraṇā*) după ce au fost descrise caracteristicile retragerii (*pratyāhāra*).

विद्यारण्य — यतः प्रत्याहारेण वशीकृतस्य चित्तस्य धारणासु योग्यताऽतस्तदनन्तरं ता उच्यन्त इति प्रतिजानीते – अथात इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xviii.1) — ‹Acum›: deoarece prin retragere (*pratyāhāra*) apare capabilitatea (*yogyatā*) psihicului/minții (*citta*) pentru concentrări (*dhāraṇā*), de aceea acestea sunt enunțate după aceasta – astfel este afirmat.

प्राणे बाह्यानिलं तद्वज्ज्वलने चाग्निमौदरे।
तोयं तोयांशके भूमिं भूमिभागे महामुने॥ २॥

2. O, mare sfânt! La fel,
Aerul (*anila*) exterior în suflu (*prāṇa*),
Focul (*jvalana*) în focul (*agni*) din abdomen,
Apa (*toya*) în părțile de apă (*toya*), iar
Pământul (*bhūmi*) în părțile de pământ (*bhūmi*).

[१]हयवरलकाराख्यं मन्त्रमुच्चारयेत्क्रमात्।
धारणैषा परा[२] प्रोक्ता सर्वपापविशोधिनी[३] ॥ ३॥

3. *Mantra* cunoscută ca ha-ya-va-ra-la[1]
Trebuie rostită în ordinea [cuvenită].
Se spune că această concentrare (*dhāraṇā*) este supremă,
Fiind cea care purifică toate păcatele (*pāpa*).

[१]हय(र/रा)वल०॥ [२]मया॥ [३]०विशोषिणी॥

1 Var. n. १: „ha-ya-ra-va-la” sau „ha-ya-rā-va-la”.

विद्यारण्य — तत्र शरीरान्तर्वर्तिषु वियदादिषु [१]हयवरलवर्णैर्भूतबीजैः सह [२]बाह्यविषयादितादात्म्येन बुद्धिर्धारयितव्या। एषा च धारणा सह फलेन श्वेताश्वतरोपनिषदि वर्णिता – [३]पृथ्व्यप्तेजोऽनिलखे समुत्थिते पञ्चात्मके योगगुणे[४] प्रवृत्ते। न तस्य रोगो न जरा न मृत्युः[५] प्राप्तस्य योगाग्निमयं शरीरमिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVIII.3) — Intelectul (*buddhi*) trebuie fixat/concentrat acolo, în [elementele precum] spațiul (*viyat*) etc., care se află în interiorul corpului (*śarīra*), prin silabele HA-YA-VA-RA-LA care sunt „semințele" (*bīja*) elementelor, prin identitatea cu obiectele (*viṣaya*) etc. exterioare. Iar această concentrare (*dhāraṇā*), împreună cu rezultatul [acești], este descrisă în *Śvetāśvatara-upaniṣad*:

> Atunci când se manifestă încincita caracteristică a practicii (*yoga*),
> Apărută din pământ (*pṛthvī*), apă (*ap*), foc (*tejas*), aer (*anila*) și spațiu (*kha*),
> Nu există boală, nu există bătrânețe, nu există moarte
> Pentru cel care a dobândit corpul alcătuit din focul *yoga*.[1]

जान्वन्तं पृथिवी ह्यंशो[६] ह्यपां [७]पाय्वन्तमुच्यते।
[८]हृदयान्तस्तथाऽग्न्यंशो भ्रूमध्यान्तो[९]ऽनिलांशकः॥४॥

4. Se spune că:
Pământul (*pṛthivī*) corespunde porțiunii [de la tălpi] până la genunchi (*jānu*);
Apa (*apas*) corespunde [porțiunii de la genunchi] până la anus (*pāyu*);
Focul (*agni*) corespunde porțiunii [de la anus] până la inimă (*hṛdaya*);
Aerul (*anila*) corespunde porțiunii [de la inimă] până între sprâncene (*bhrū*);

विद्यारण्य — उक्तानां वियदादीनां शरीरे धारणावस्थानविशेषात्सह तत्तद्देवताभिराह – जान्वन्त इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVIII.4) — ‹Până la genunchi (*jānu*)›: spune [aceasta] datorită particularităților locurilor de concentrare (*dhāraṇā*) în corp a [elementelor] menționate, spațiul (*viyat*) etc., împreună cu divinitățile (*devatā*) fiecăreia în parte.

[१०]आकाशांशस्तथा प्राज्ञ मूर्धांशः[११] परिकीर्तितः।
ब्रह्माणं पृथिवीभागे विष्णुं तोयांशके तथा॥५॥

5. O, înțeleptule! S-a mai spus că spațiului (*ākāśa*) îi corespunde
Porțiunea [de la sprâncene până în creștetul] capului (*mūrdhan*).
Brahmā se află în porțiunea pământului (*pṛthivī*);
Viṣṇu se află în porțiunea apei (*toya*);

अग्न्यंशे च महेशानमीश्वरं चानिलांशके।
आकाशांशे महाप्राज्ञ धारयेत्तु सदाशिवम्॥६॥

6. O, mare înțelept!
Maheśāna se află în porțiunea focului (*agni*);
Īśvara se află în porțiunea aerului (*anila*);
Sadāśiva se află în porțiunea spațiului (*ākāśa*).

---

[१]हयरवल०॥ [२]बाह्यवियदादि०॥ [३]पृथ्व्याप्यतेजः॥ [४]योगगुणैः॥ [५]दुःखम्॥ [६]जान्वन्तः पृथिवीभगः॥ [७]पाय्वंश। पाय्वन्तः॥ [८]हृदयांश॥ [९]०मध्यांशः॥ [१०]आकाशान्तः॥ [११]मूर्धान्तः॥

1 *ŚaU* II.12.

विद्यारण्य — महेशानं रुद्रं पञ्चधा विभक्तेषु पादादिषु शरीरप्रदेशेषु पृथिव्यादिपञ्चभूतात्मकतां तेषु च ब्रह्मविष्णुरुद्रेश्वरसदाशिवरूपतां च सदा भावयेदित्यर्थः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVIII.6) — Trebuie să imagineze/mediteze întotdeauna asupra lui Maheśāna [ori] asupra lui Rudra, în regiunile corpului care sunt împărțite în cinci, în picioare (*pāda*) etc., ca având natura celor cinci elemente, pământ (*pṛthivī*) etc., și sub forma lui Brahmā, Viṣṇu, Rudra, Īśvara și Sadāśiva în aceștea – astfel este înțelesul.

आत्मनि धारणा

Concentrarea (*dhāraṇā*) în sine (*ātman*)

अथवा[1] तव वक्ष्यामि धारणां मुनिपुंगव।
[मनसीन्दुं दिशः श्रोत्रे क्रान्ते विष्णुं बले हरिम्।
वाच्यग्निं मित्रमुत्सर्गे तथोपस्थे प्रजापतिम्।
त्वचि वायुं तथा नेत्रे सूर्यमूर्तिं तथैव च।
जिह्वायां वरुणं घ्राणे भूमिदेवीं तथैव च।]
पुरुषे सर्वशास्तारं[2] बोधानन्दमयं शिवम्।
धारयेद्बुद्धिमान्नित्यं सर्वपापविशुद्धये॥७॥
[एषा च धारणा प्रोक्ता [3]योगशास्त्रार्थवेदिभिः]

7. O, întâi-stătătorule între înțelepți!
Acum ție o să-ți descriu o [altfel de] concentrare (*dhāraṇā*):
[În minte Luna (*indu*), în ureche direcțiile (*diś*)
În pas/deplasare Viṣṇu, în putere Hari,
În vorbire Agni, în dejecție Mitra,
Tot astfel, în organul genital Prajāpati,
În piele Vāyu, iar în ochi întruparea Soarelui,
În limbă Varuṇa și, tot astfel, în nas zeița Pământului,]
Śiva – conducătorul (*śāstṛ*) tuturor,
Alcătuit din trezvie (*bodha*) și beatitudine (*ānanda*)[1] –
Trebuie să fie ținut întotdeauna în *puruṣa* de către cel inteligent
Pentru purificarea deplină a tuturor păcatelor (*pāpa*).
[Iar această concentrare (*dhāraṇā*) este descrisă
De către cunoscătorii înțelesurilor scripturilor (*śāstra*) Yoga[2].]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — पुरुषे प्रतीचि स्वातिरिक्तसर्वग्रासतया शिवं धारयेत्। यद्वा – पुरुषे परमात्मनि सर्वशास्तारं प्रत्यञ्चं धारयेत्॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — Śiva trebuie ținut întors spre/în interiorul lui *puruṣa* printr-o stare de eclipsare totală a [percepției/noțiunii] diferenței față de sine (*svātirikta*). Adică trebuie să-l țină în *puruṣa* – sinele suprem (*paramātman*) – pe conducătorul (*śāstṛ*) tuturor celor care se află în interior.

[1]अथ वा॥ [2]शस्तारं॥ [3]वेद०॥

1 Var.: „Alcătuit din beatitudinea (*ānanda*) trezviei (*bodha*)".
2 Var. n. ३: „*Veda*".

विद्यारण्य — अथवा तवेति। मनःप्रभृत्याध्यात्मिकशरीरभागेषु चन्द्रादीन्याधिदैविकरूपाणि तादात्म्येन भावयेत्। क्रान्ते क्रमणेनोपलक्षिते पादे। हरिमिन्द्रम्। उत्सृजत्यनेनेत्युत्सर्गोऽपानं तत्र मित्रम्। पुरुषे जीवे। सर्वशास्तारं परमात्मानम्। अन्तः प्रविष्टः शास्ता जनानाꣳ सर्वात्मा इति श्रुतेः॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVIII.7-9) — ‹Acum ţie›: trebuie să imagineze/mediteze prin identificare (*tādātmya*) în părţile corpului individual (*adhyātmika*), începând cu mintea (*manas*), asupra formelor ŝpecifice divinităţilor (*ādhidaivika*) precum Candra (Luna) etc.

‹În pas/deplasare›: în picior (*pāda*) care eŝte indicat prin „păşire/mergere”.

‹Hari›: Indra.

‹Dejecţie›: „elimină prin aceaŝta”, „suflul ce coboară” (*apāna*) – acolo eŝte Mitra.

‹În *puruşa*›: în sinele individual (*jīva*).

‹Conducătorul (*śāstṛ*) tuturor›: supremul sine (*paramātman*).

Aŝtfel eŝte în scriptură:

> Sinele (*ātman*) tuturor, fiind intrat înlăuntru, eŝte conducătorul oamenilor.[1]

ब्रह्मादिकार्यरूपाणि स्वे स्वे[१] संहृत्य कारणे।
सर्वकारणमव्यक्तमनिरूप्यमचेतनम्॥८॥

8. Retrăgând fiecare „inŝtrument” (*kāraṇa*) [de cunoaŝtere] în parte
Din naturile efecţelor (*kārya-rūpa*) precum Brahmā etc.,
Cauza (*kāraṇa*) tuturor, cel ne-manifeŝtat (*avyakta*),
Cel ne-definit (*anirūpya*), cel ne-simţitor/-cugetător (*acetana*)

विद्यारण्य — धारणान्तरमाह – ब्रह्मादीति। ब्रह्मादीनामपि चिदंशाः[२] स्वस्वकारणपरंपरया मायायां लीयन्ते। माया च परमात्मनि। ब्रह्मादयस्तु परमात्मरूपेणैव व्यवतिष्ठन्त[३] इति भावयेदित्यर्थः। अव्यक्तमनभिव्यक्तम्। नामरूपानिरूप्यमनिर्वचनीयम्। अचेतनं जडम्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XVIII.11) — ‹Brahmā etc.›: ŝpune deŝpre o altă [metodă de] concentrare (*dhāraṇā*). Chiar şi părţile de conŝtiinţă (*cid-aṁśa*) ale lui Brahmā etc. se dizolvă în iluzie (*māyā*) prin propria lor succesiune cauzală (*kāraṇa*) neîntreruptă, iar iluzia (*māyā*) se află în supremul sine (*paramātman*). Trebuie să mediteze „însă Brahmā etc. depind doar de natura supremului sine (*paramātman*)” – aŝtfel eŝte înţelesul.

‹Cel ne-manifeŝtat (*avyakta*)›: ne-diŝtinct (*anabhivyakta*).

‹Cel ne-definit (*anirūpya*)› de nume şi formă (*nāma-rūpa*): cel fără de putinţă a fi descris (*anirvacanīya*).

‹Cel ne-simţitor/-cugetător (*acetana*)›: cel fără de viaţă/inteligenţă (*jaḍa*).

साक्षादात्मनि संपूर्णे धारयेत्प्रणवेन तु[४]।
[धारणैषा परा प्रोक्ता धार्मिकैर्वेदपारगैः।]
Trebuie ţinut prin *praṇava*
Direct în deplinul sine (*ātman*).

[१] स्वेस्वे॥ [२] ब्रह्मादीनामचिदंशाः॥ [३] न्यवतिष्ठन्त॥ [४] प्रणवे मनः। प्रयतो नरः॥

1 *Tā* III.11.2 & cf. *CiU* II.1.

[Această concentrare (*dhāraṇā*) a fost descrisă ca fiind supremă
De către cei virtuoși experimentați întru *Veda*.]

इन्द्रियाणि समाहृत्य मनसाऽऽत्मनि योजयेत्[1] ॥९॥
[कंचित्कालं महाप्राज्ञ धारणैषा च पूजिता।]

9. Retrăgând astfel instrumentele (*indriya*) [de cunoaștere]
Trebuie să unească mintea (*manas*) în sine (*ātman*).[1]
[O, mare înțelept! Pentru o anumită perioadă de timp
Și această concentrare (*dhāraṇā*) este venerată.]

विद्यारण्य — धारणान्तरमाह – इन्द्रियाणीति। मनसैव विषयेभ्य इन्द्रियाणि व्यावृत्त्य मन आत्मनि धारयेदित्यर्थः। इयं च कठवल्लीषु सविशेषं दर्शिता – यच्छेद्वाङ्मनसी प्राज्ञस्तद्यच्छेज्ज्ञान आत्मनि। ज्ञानमात्मनि महति नियच्छेत्तद्यच्छेच्छान्त आत्मनीति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVIII.13) — ‹Instrumentele (*indriya*) [de cunoaștere]›: Spune despre un alt [mod de] concentrare (*dhāraṇā*). Retrăgând doar prin minte (*manas*) instrumentele (*indriya*) [de cunoaștere] din obiectele (*viṣaya*) [acestora], trebuie să concentreze mintea în sine (*ātman*) – astfel este înțelesul. Și aceasta este prezentată în mod detaliat în *Kaṭha-vallī*:

> Înțeleptul trebuie să conțină vorbirea (*vāc*) în minte (*manas*),
> Pe aceasta trebuie să o conțină în cunoaștere (*jñāna*) de sine (*ātman*),
> Trebuie să conțină cunoașterea (*jñāna*) de sine (*ātman*) în „cel mare” (*mahat*),
> Pe aceșta trebuie să-l conțină în „sinele cel liniștit” (*śānta-ātman*).[2]

वेदादेव सदा देवा[2] वेदादेव सदा नराः।
वेदादेव सदा लोका वेदादेव महेश्वरः॥
Întotdeauna doar din *Veda* [apar] divinitățile (*deva*),
Întotdeauna doar din *Veda* [apar] oamenii (*nara*),
Întotdeauna doar din *Veda* [apar] lumile (*loka*),
[Întotdeauna] doar din *Veda* [apare] Maheśvara.

विद्यारण्य — वेदादेवेति। देवादयः सर्वे वेदशब्देभ्य एव सृष्टाः। एते असृग्रमिन्दवस्तिरः पवित्रमाशवः [विश्वान्यभि सौभगा] इति। अत्र मन्त्र एत इति वै प्रजापतिर्देवानसृजत। असृग्रमिति मनुष्यान्। इन्दव इति पितॄन्। तिरःपवित्रमित्यन्याः प्रजा इति श्रुतेः। ऋषीणां नामधेयानि कर्माणि च पृथक्पृथक्। वेदशब्देभ्य एवाऽऽदौ निर्ममे स महेश्वरः इति स्मृतावपि ऋषिपदस्य सर्वस्रष्टव्योपलक्षणार्थत्वात्। महेश्वरोऽपि वेदादेव ज्ञातव्यः – नावेदविन्मनुते तं बृहन्तं [3]सर्वानुभवमात्मानꣳ संपराये इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVIII.14) — ‹Doar din *Veda*›: toate divinitățile (*deva*) etc. au fost create doar din cuvintele (*śabda*) *Vedelor*.

> Acești stropi fulgerători de Soma au curs
> Prin filtru (*pavitra*)[, întru toate binefacerile].[3]

[1]धारयेत्॥ [2]महादेव॥ [3]सर्वानु(भु/भू/भुव)म्॥

1 Var.: „Retrăgând astfel simțurile (*indriya*) împreună cu mintea (*manas*) // Trebuie să se unească în sine (*ātman*)” sau „Retrăgând astfel simțurile (*indriya*) prin minte (*manas*) // ...”.

2 *KU* I.3.13.

3 *ṚV* IX.62.1 / IX.3.2.

Conform scripturii (*śruti*): aici, prin *mantra* „aceşti" (*ete*), cu adevărat Prajāpati a creat divinităţile (*deva*), prin „au curs" (*asṛgram*) pe oameni, prin „ştropi" (*indavaḥ*) pe ştrămoşi (*pitṛ*), iar prin „prin filtru" (*tiraḥ-pavitram*) celelalte creaturi (*praja*).

Tot aştfel şi în scriptură (*smṛti*) datorită sensului sinecdoce/metaforic (*upalakṣaṇa*) pentru tot ceea ce va fi creat al termenului „înţelept vizionar" (*ṛṣi*):

> Numele şi acţiunile/ritualurile (*karman*),
> Fiecare în mod diştinct, ale înţelepţilor vizionari (*ṛṣi*),
> Au foşt create de aceşt Maheśvara,
> Dintru începuturi, prin cuvintele *Vedelor*.[1]

Chiar şi Maheśvara trebuie cunoscut doar din *Veda*:

> Ne-cunoscătorul *Vedei* nu-l poate gândi pe acela, pe cel mare (*bṛhanta*),
> Sinele (*ātman*) care eşte conştiinţa/experienţa (*anubhava*) tuturor în moarte.[2]

इति चित्तव्यवस्था या धारणा सा प्रकीर्तिता।
ब्रह्मैवाहं सदा नाहं देवो यक्षोऽथवा नरः॥
„Întotdeauna eu sunt doar *bráhman*,
Eu nu sunt divinitate (*deva*), demon (*yakṣa*) sau om (*nara*)"[3] –
Aştfel, aceaştă ştare a psihicului/minţii (*citta*)
Eşte proclamată ca fiind acea concentrare (*dhāraṇā*).

विद्यारण्य — ब्रह्मैवाहमिति। अयमात्मा ब्रह्म इति श्रुतावात्मनः परमात्मतादात्म्याभिधानेनैव तदितरसमस्तवस्त्वात्मकत्वावगमादित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XVIII.15) — ‹Eu sunt doar *bráhman*›: datorită realizării faptului că alcătuieşte natura tuturor celorlalte lucruri (*vaśtu*), în scriptură (*śruti*) „aceşt sine (*ātman*) eşte *bráhman*"[4] prin enunţarea identităţii cu sinele suprem (*paramātman*) a sinelui (*ātman*) [individual] – aştfel eşte înţelesul.

न देहेन्द्रियबुद्ध्यादिर्न[1] माया नान्यदेवता।
इति बुद्धिव्यवस्थाऽपि धारणा सेति[2] हि श्रुतिः॥
Cu adevărat scriptura (*śruti*) [ştune:] concentrarea (*dhāraṇā*)
Eşte, desigur, aceaştă ştare a intelectului/trezviei (*buddhi*)
„Nu sunt trupul (*deha*), simţurile (*indriya*), intelectul (*buddhi*) etc.,
Nu sunt iluzia (*māyā*), nu sunt o altă divinitate (*devatā*)."

सर्व संक्षेपतः प्रोक्तं सर्वशास्त्रविशारद।
आगमान्तैकसंसिद्धमास्थेयं भवता सदा॥
O, cunoscător al tuturor scripturilor (*śāstra*)!
Totul a foşt descris în mod concis.

[1] देहेन्द्रियमनोबुद्धिर्न॥ [2] चेति॥

1 *Cf. Mdś* I.21 & *LmP* LXX.258 .
2 *Tb* III.12.9.
3 *Cf. MsS* XV.97cd.
4 *MāU* I.2, *BāU* II.5.19 & IV.4.5.

Întotdeauna trebuie să fie aplicat/practicat de către tine
Doar ceea ce este pe deplin stabilit de către concluzia scripturilor (*āgamānta*).

इति दर्शनोपनिषत्स्वष्टमः खण्डः ॥

Astfel a fost al optulea capitol din *Darśana-upaniṣad*

Capitolul IX

सविशेषब्रह्मन्ध्यानम्

Meditația asupra lui *bráhman* cu caracteristici (*saviśeṣa*)

अथातः संप्रवक्ष्यामि ध्यानं संसारनाशनम्।
[आकाशे निर्मलं शुद्धं भासमानं सुशीतलम्॥
Așțfel, de acum voi explica pe deplin meditația (*dhyāna*)
Care este distrugătoarea *saṁsāra*-ei:
[În spațiul (*ākāśa*) fără de tină (*nirmala*), pur (*śuddha*),
Strălucitor (*bhāsamāna*), foarte rece (*suśītala*),

विद्यारण्य — यतो धारणाभ्यासेन परित्यक्तचापलस्य मनसो ध्यानयोग्यताऽतस्तदनन्तरं तदुच्यत इत्याह – अथात इति। तच्च सगुणनिर्गुणलक्षणविषयभेदेन द्विविधम्। तत्र सगुणध्यानान्याह – आकाश इत्यादि॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.1) — ‹Așțfel, de acum›: spune că, deoarece prin practica concentrării (*dhāraṇā*) apare capacitatea pentru meditație (*dhyāna*) a minții (*manas*) a cărei agitație a fost pe deplin abandonată, de aceea aceasta este expusă după aceea – așțfel este înțelesul. Iar aceasta este de două feluri, prin diferențierea obiectului (*viṣaya*) ca fiind caracterizat „cu atribute” (*saguṇa*) sau „fără de atribute” (*nirguṇa*).

‹În spațiu (*ākāśa*)› etc.: spune aici despre meditațiile [asupra obiectului] cu atribute (*saguṇa-dhyāna*).

सोममण्डलमापूर्णमचलं दृष्टिगोचरम्।
ध्यात्वा मध्ये महादेवं परमानन्दविग्रहम्॥
Discul lunii (*soma-maṇḍala*), plin,
Ne-mișcat (*acala*), aflat în câmpul vizual (*dṛṣṭi-gocara*),
Meditând în mijloc asupra lui Mahādeva,
Întrupare a supremei beatitudini,

उमार्धदेहं वरदमुत्पत्तिस्थितिवर्जितम्।
शुद्धस्फटिकसंकाशं चन्द्ररेखावतंसकम्॥
Cu trupul jumătate Umā, bine-dăruitor (*varada*),
Lipsit de apariție (*utpatti*) ori menținere (*sthiti*),
Pur precum cristalul (*sphaṭika*),
Împodobit în creștet cu semi-luna (*candra-rekhā*),

त्रिलोचनं चतुर्बाहुं नीलग्रीवं परात्परम्।
ध्यायेन्नित्यं सदा सोऽहमिति ब्रह्मविदां वर॥
Cu trei ochi (*tri-locana*), cu patru brațe (*catur-bāhu*),
Cu gâtul albastru (*nīla-grīva*), dincolo de suprem (*parāt-para*) –
O, cel mai bun dintre cunoscătorii lui *bráhman*!
Trebuie să mediteze zilnic în mod continuu „acela sunt eu” (*so'ham*)[1].

1 *BāU* 1.4.1 & *ĪU* 16.

विद्यारण्य — आकाशे वर्तमानमुक्तलक्षणं सकललोकदृष्टिगोचरं चन्द्रमण्डलं प्रथमतो ध्यात्वा तन्मध्ये विज्ञानमानन्दं ब्रह्म इति श्रुत्युक्तं सच्चिदानन्दैकरसं परमेव ब्रह्मोमासहायत्वादियथोक्तलक्षणं स्वीकृतलीलावतारं शिवमात्मत्वेन ध्यायेदित्यर्थः। तथा च वाजसनेयके – [१]बालाक्यजातशत्रुसंवादे – य एवासौ चन्द्रे[२] पुरुष एतमेवाहं ब्रह्मोपासे इति बालाकिनोक्ते नैतन्निष्कलशिवस्वरूपं किंतु स्वीकृतलीलावतारं सकलमिदं रूपमित्यभिप्रायवताऽजातशत्रुणोक्तं मा मैतस्मिन्संवदिष्ठा बृहन्पाण्डरवासाः सोमो राजेति वा अहमेतमुपासे[३] इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.2-4) — După ce a meditat mai întâi asupra discului lunii (*candramaṇḍala*) aflat în spațiu, în câmpul vizual al tuturor oamenilor și caracterizat ca fiind izbăvit de mișcare, trebuie să mediteze în mijlocul acestuia, ca fiind sinele (*ātman*), asupra lui Śiva, de la sine întrupare ludică (*līlā*), caracterizat așa cum a fost spus, acompaniat de Umă etc., fiind, desigur, supremul *bráhman*, având o esență unică „ființă-conștiință-beatitudine” (*sat-cit-ānanda*), precum a fost spus în scriptură (*śruti*) –

> *Bráhman* este conștiință și beatitudine (*vijñāna-ānandaṁ brahma*)[1]

– astfel este înțelesul.

Tot astfel, în dialogul dintre Bālāki și Ajātaśatru în *Vājasaneyaka*, Bālāki a spus:

> Acea persoană (*puruṣa*) care se află în Lună,
> Pe aceea eu o venerez ca fiind *bráhman*.[2]

De către Ajātaśatru, având punctul de vedere că nu aceasta este natura fără de părți a lui Śiva, ci această formă este, desigur, cu părți, fiind de la sine o întrupare ludică (*līlā*), a fost spus:

> Nu, să nu mai vorbiți despre aceasta [ca fiind *bráhman*]!
> Eu îl venerez pe acesta ca fiind marele rege Soma, cel înveșmântat în alb.[3]

अथवाऽऽकाशमध्यस्थे भ्राजमाने सुशोभने।
आदित्यमण्डले पूर्णे लक्षयोजनविस्तृते॥
Sau, în discul plin al Soarelui,
Aflat în mijlocul spațiului,
Foarte frumos, strălucitor,
Acoperind o sută de mii de *yojana*,

विद्यारण्य — चन्द्रमण्डलवदादित्यमण्डलमप्याकाशे ध्यात्वा तत्र स्वीकृतदिव्यावतारं परशिवमेवं ध्यायेदित्याह – अथवाऽऽकाशेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.5) — ‹Aflat în mijlocul spațiului›: spune că după ce a meditat asupra discului Soarelui aflat în spațiu, aidoma discului Lunii, trebuie să mediteze astfel acolo asupra lui Paraśiva, de la sine divină întrupare.

---

[१]बालस्याजात०॥ [२]आदित्ये॥ [३]उपासते॥

---

1 *BāU* III.9.28.
2 *BāU* II.1.3.
3 *Ibid*.

सर्वलोकविधातारमीश्वरं हेमरूपिणम्[१]।
हिरण्मयं श्मश्रुकेशं[२] हिरण्मयनखं तथा॥
Pe Īśvara, rânduitorul/creatorul tuturor lumilor,
Cel cu formă de aur,
Cu barba și părul de aur,
Cu unghiile, de asemenea, de aur,

विद्यारण्य — हेमरूपिणमिति। उद्गीथविद्यायामादित्यस्थस्य पुरुषस्य कतिचिदिहोक्ता हेमरूपत्वादिगुणाः श्रूयन्ते – य एषोऽन्तरादित्ये हिरण्मयः पुरुषो दृश्यते। हिरण्यश्मश्रुर्हिरण्यकेश [३]आप्रणखात्सर्व एव सुवर्णः। तस्य यथा कप्यासं पुण्डरीकमेवमक्षिणी[४] इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.6) — ‹Cel cu formă de aur›: câteva dintre calitățile menționate aici, precum forma de aur etc., ale persoanei (*puruṣa*) care se află în soare, sunt auzite în „știința despre OṂ” (*udgītha-vidyā*) –

> Această persoană (*puruṣa*) văzută în interiorul Soarelui este alcătuită din aur, are barba de aur, are părul de aur, fiind în întregime din aur până în vârful unghiilor, iar cei doi ochi ai săi sunt [aidoma] lotusului [de culoarea] feselor maimuței (*kapyāsa - i.e.* roșu).[1]

कप्यास्यासनवद्वक्त्रं[५] नीलग्रीवं विलोहितम्।
आगोपालप्रसिद्धं तमम्बिकार्धशरीरिणम्॥
Cu gura/fața aidoma feței și șezutului maimuței (*kapyāsyāsanavat*),
Cu gâtul albastru, [de culoare] roșu intens (*vilohita*),
Cunoscut până și de păstori (*gopāla*),
Pe cel cu trupul jumătate Ambikā,

विद्यारण्य — कप्यास्यासनवदिति। कपीनां हि केषांचिदास्यमासनं च रक्तवर्णं तथा रक्तवर्णं मुखमित्यर्थः। आगोपालमिति। श्रूयते हि रुद्राध्याये – उ॒तैन॑ गो॒पा अ॑दृश॒न्नद॑दृशन्नु॒दहा॒र्यः। उ॒तैन॑ विश्वा॑ भू॒तानि॒ स दृ॒ष्टो मृ॑डयाति नः इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.7) — ‹aidoma feței și șezutului maimuței (*kapyāsyāsanavat*)›: căci gura/fața (*āsya*) și șezutul unor maimuțe este de culoare roșie, tot astfel este de culoare roșie și gura/fața (*mukha*) [sa] – astfel este înțelesul.

‹Până și de păstori (*gopāla*)›: este auzit în *Rudrādhyāya* –

> L-au văzut pe acesta și păstorii (*gopāla*),
> L-au văzut și purtătoarele de apă (*udahārī*),
> [L-a văzut] pe acesta toate ființele –
> Cel văzut să fie milostiv pentru noi.[2]

[१]हेमरूपिणमीश्वरम्॥ [२]हिरण्यश्मश्रुकेशं च॥ [३]आ। आ प्रनखात्। आ नखात्॥ [४]अक्षिणि। एवाक्षिणी॥ [५]०रक्तम्॥

1 *ChU* I.6.6-7.
2 *TS* IV.5.1.

सोऽहमित्यनिशं ध्यायेत्संध्याकालेषु वा नरः।
अथवा वैदिके शुद्धेऽप्यग्निहोत्रादिमध्यगे॥
Omul trebuie să mediteze „acela sunt eu” (*so'ham*)
Ne-contenit în cele trei momente ale zilei (*saṁdhyā*),
Ori, de asemenea, pe un altar (*vaidika*) pur
În intervalul dintre *agni-hotra* și celelalte [ritualuri].

विद्यारण्य — उक्तलक्षणं परशिवमग्नौ वा स्वीकृतवक्ष्यमाणदिव्यावतारं ध्यायेदित्याह – अथवा वैदिक इति। परब्रह्म सगुणमग्नावुपास्यत्वेनोक्तं हि बालाकिनैव – य एवायमग्नौ पुरुष एतमेवाहं ब्रह्मोपास इति। उक्ताश्चन्द्रादित्याग्नयः शिवमूर्तित्वेनाऽऽगमेष्वपि प्रसिद्धाः – क्षमावह्नियजमानार्कजलवातेन्दुखानि च। कीर्तिता मूर्तयो ह्यष्टौ इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.8) — ‹Ori, de asemenea, pe un altar (*vaidika*)›: Śpune că, alternativ, poate să mediteze în foc (*agni*) asupra lui Paraśiva având caracteriśticile menționate, de la sine divină întrupare ce va fi descrisă. Căci chiar de către Bālāki a fośt menționat supremul *bráhman* „cu atribute” (*saguṇa*) prin calitatea de a fi venerat –

> [Gārgya a Śpus:] cu adevărat acea persoană (*puruṣa*) care se află în foc (*agni*),
> Pe aceaśta, desigur, eu o venereze ca fiind *bráhman*.[1]

Iar luna (*candra*), soarele (*āditya*) și focul (*agni*), care au fośt menționate, sunt preacunoscute în scripturi (*āgama*) prin faptul de a alcătui forma lui Śiva –

> Pământul (*kṣmā*), focul (*vahni*), sacrificatorul (*yajamāna*),
> Soarele (*arka*), apa (*jala*), vântul (*vāta*),
> Luna (*indu*) și Śpațiul (*kha*) –
> Sunt numite cele opt forme/întrupări (*mūrti*).[2]

आत्मानं जगदाधारमानन्दानुभवं सदा।
गङ्गाधरं विरूपाक्षं विश्वरूपं वृषध्वजम्॥
Pe sinele (*ātman*) care eśte țiitorul lumii (*jagat*),
De-a pururi experiență a beatitudinii (*ānanda*), pe țiitorul lui Gaṅgā,
Pe cel cu ochi ciudați (*virūpākṣa*), formă universală (*viśva-rūpa*),
Pe cel al cărui śteag poartă emblema unui taur (*vṛṣa-dhvaja*),

चतुर्भुजं समासीनं चन्द्रमौलिं कपर्दिनम्।
रुद्राक्षमालाभरणमुमायाः पतिमीश्वरम्॥
Pe cel cu patru brațe, așezat,
Luna drept tiară, cu părul încâlcit (*kapardin*),
Împodobit cu o ghirlandă de *rudrākṣa*,
Domnul (*īśvara*), al lui Umā soț,

गोक्षीरधवलाकारं गुह्याद्गुह्यतरं सदा।
अत्यद्भुतमनिर्द्वन्द्वमहंबुद्ध्या विचिन्तयेत्॥
Pe cel care apare alb precum laptele de vacă,
Care eśte de-a pururi mai tainic decât ceea ce eśte tainic,

1 *BāU* II.1.7.
2 Cf. *Śśp* IV.1.44.

Peste măsură de extraordinar, pe deplin fără de dualități (*anirdvandva*) –
Astfel trebuie să contemple prin percepția lui „eu” (*ahaṁ-buddhi*)[1].

अथवाऽहं हरिः साक्षात्सर्वज्ञः पुरुषोत्तमः[1]।
सहस्रशीर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात्॥
Sau „eu sunt Hari în mod evident,
Cel atot-cunoscător, persoana supremă (*puruṣottama*),
Persoana (*puruṣa*) cu o mie de capete,
Cu o mie de ochi, cu o mie de picioare.”

विद्यारण्य — आदित्यमूर्तिवद्विष्णुमूर्तावपि परशिवस्य वक्ष्यमाणलीलावतारस्य स्वात्मतादात्म्येन ध्यानमाह – अथवेति। तत्र प्रथमतो विष्णुमूर्तेरपि स्वात्मतादात्म्यानुसंधानमाह – अहं हरिरिति। सहस्रशीर्षा ब्रह्मादिपिपीलिकान्तसर्वप्राणिषु वर्तमानानि सहस्राण्यनन्तानि शीर्षाणि शिरांसि यस्येति स तथोक्तः। पुरुषः पूर्णः। सहस्राक्षः सहस्राण्यनन्तानि प्रजासंबन्धीन्यक्षीणीन्द्रियाणीति[2] सहस्राक्षः। एवं सहस्रपादिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.12) — ‹Sau›: Spune despre meditația prin identificarea cu propriul sine (*ātman*) a lui Paraśiva, întrupare ludică (*līlā-avatāra*) care va fi descrisă, în forma lui Viṣṇu care este aidoma formei Soarelui.

‹Eu sunt Hari›: Spune că acolo este mai întâi investigarea (*anusaṃdhāna*) identității cu propriul sine (*ātman*) a formei/întrupării lui Viṣṇu.

‹Cu o mie de capete›: aceasta este astfel menționat deoarece ale sale sunt capetele, miile de capete, ne-numărate, prezente la toate viețuitoarele (*prāṇin*), de la Brahmā până la furnică (*pipīlika*).

‹Persoana (*puruṣa*)› deplină/realizată (*pūrṇa*).

‹Cu o mie de ochi›: este cu o mie de ochi deoarece ochii ca organe de simț (*indriya*), aparținând miilor de creaturi, sunt ne-numărați.

‹Cu o mie de picioare›: tot astfel.

विश्वो नारायणो देवः अक्षरः परमः प्रभुः।
इति ध्यात्वा पुनस्तस्य हृदयाम्भोजमध्यमे॥
Meditând apoi
În mijlocul lotusului inimii sale:
Divinul (*deva*) Nārāyaṇa este totul/atot-prezent (*viśva*),
Ne-pieritor (*akṣara*), suprem (*parama*), domn/prea-puternic (*prabhu*),

विद्यारण्य — विश्वो विश्वत्वेन स्थितः। नारायणः नृ नये पचाद्यच्। नरो नेता सर्वस्य स्वामी। तस्यापत्यानि नाराः सर्वे चेतना अचेतनाश्च। अपत्येऽण्[3]। तेषामयनमधिष्ठानत्वेनाऽऽश्रयभूतं जलचन्द्राणां बिम्बचन्द्रवत्कलधौतादीनां शुक्तिकादिवदिति[4]। नारायणः पूर्वपदात्संज्ञायामिति णत्वम्। देवो देवनशीलः। अक्षरो न क्षरतीति सर्वमश्नुत इति [5]वाऽक्षरः। अशेः सरप्रत्ययेऽक्षरम्। परमः सर्वोत्कृष्टः। यद्वाऽक्षरः परमः परमाक्षरः परमव्यापको व्यापकानामपि व्यापकः। प्रभुः सर्वेषां प्रकर्षेण भरणक्षमः। तदात्मकस्य स्वात्मनो हृदयाम्भोजमध्ये – पद्मकोशप्रतीकाशं[6] हृदयं चाप्यधोमुखमिति श्रुत्युक्ते॥

[1]पुरुषोत्तम॥ [2]०न्यक्षाणी०॥ [3]ऋष्यण्॥ [4]०कादीनां शुक्तिकावदिवदिति॥ [5]च॥ [6]०प्रतीकाशम्॥

1 Var.: „prin reflectare asupra lui «eu» (*ahaṁ-buddhi*)”.

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.13) — ‹Totul/atot-prezent (*viśva*)›: care ştă prin faptul de a fi univers (*viśva*).

‹Nārāyaṇa›: [din rădăcina] *nṝ* (a conduce), [cu sensul de a con]duce/ghida (*naye*) [din rădăcina *nī*, primeşte sufixul *kṛt*] *ac* [care se aplică rădăcinilor din grupul] *pac* etc.[1] Nara (omul primordial) eşte conducătorul (*netṛ*), ştăpânul (*svāmin*) tuturor. Toţi oamenii sunt descendenţii aceştuia, fie de sunt conştienţi (*cetana*) ori ne-conştienţi (*acetana*). [Sufixul] *aṇ* eşte în sensul de descendenţă. Calea/refugiul (*ayana*) acestora constituie substratul (*āśraya*) prin faptul de a fi fundamentul/suportul (*adhiṣṭhānatva*), precum eşte discul lunii (*bimba-candra*) faţă de lunile [reflectate] în apă, precum eşte ştridia perliferă (*śuktikā*) etc. faţă de argint (*kaladhauta*) etc.

‹Nārāyaṇa›: retroflexarea (*ṇatva*) [lui *n* în cazul substantivelor compuse] ce au un înţeles ştpecial (*saṁjñā*) eşte datorită [prezenţei lui *r* sau *ṣ* în] primul membru (*pūrva-pada*).[2]

‹Divinul›: cel a cărui natură/formă eşte ştrălucitoare (*devana*).

‹Ne-pieritor (*akṣara*)›: nu dişpare, sau cel ‹ne-pieritor (*akṣara*)› pătrunde/umple totul.

‹Ne-pieritor (*akṣara*)›: din [rădăcina] *aś* atunci când [se aplică] sufixul (*pratyaya*) *sar*.

‹Suprem (*parama*)›: superior tuturor.

Alternativ: ‹Ne-pieritor (*akṣara*), suprem (*parama*)› – supremul ne-pieritor (*parama-akṣara*), supremul atot-pătrunzător (*parama-vyāpaka*), pătrunzător chiar şi al celor pătrunzătoare.

‹Domn/prea-puternic (*prabhu*)›: capabil în a susţine pe deplin pe toţi.

‹În mijlocul lotusului inimii› al propriului sine (*svātman*) care eşte alcătuit din acela – aştfel eşte menţionat în scriptură (*śruti*):

> Asemănătoare unui boboc de lotus,
> Inima eşte, de asemenea, cu faţa în jos (*adho-mukha*).[3]

प्राणायामैर्विकसिते परमेश्वरमन्दिरे।
अष्टैश्वर्यदलोपेते विद्याकेसरसंयुते॥
În templul lui Parameśvara,
Care s-a deschis/înflorit prin controlul suflurilor (*prāṇāyāma*),
Înzeştrat cu cele opt petale ale puterilor paranormale (*aiśvarya*)
Împreună cu filamentele ştiinţei/cunoaşterii (*vidyā*),

विद्यारण्य — रेचकमाणायामेन विकासीकृत्य ऊर्ध्वमुखीकृतपरमेश्वरमन्दिरे। तत्र हि परमेश्वरो ध्यातव्यत्वेन वक्ष्यते। अणिमादीन्यष्टैश्वर्याणि[१] दलानि तैरुपेते तत्त्वविद्यारूपैः केसरैर्युते॥

१ ०न्यष्टविश्वर्याणि॥

1 *Cf. Aṣṭādhyāyī* III.1.134.
2 *Cf. Aṣṭādhyāyī* VIII.4.3. Regula se aplică doar termenilor cu semantică fixă, cum sunt numele proprii, termenii tehnici etc.
3 *Tā* X.11/13.8, *TU* II.11.26, *MnU* XIII.6/XI.7.

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.14) — ‹În templul lui Parameśvara›: făcut a fi cu fața în sus (*ūrdhva-mukha*), deschizându-se/înflorind prin controlul suflurilor (*prāṇāyāma*) precum expirul (*recaka*). Într-adevăr, acolo Parameśvara este indicat prin faptul de a fi cel ce trebuie meditat. Atunci când este înzestrat cu acestea, petalele fiind cele opt puteri paranormale (*aiśvarya*) precum capacitatea de a deveni la fel de mic precum un atom (*aṇiman*) etc., împreună cu filamentele care sunt de natura ştiinței realului/cunoașterii categoriilor (*tattva-vidyā*)[1].

ज्ञाननालमहत्कन्दे[१] प्रणवेन प्रबोधिते।
विश्वार्चिषं महावह्निं ज्वलन्तं विश्वतोमुखम्॥
În bulbul „cel mare" (*mahat-kanda*) prin tulpina cunoașterii (*jñāna-nāla*),
Trezit prin *praṇava* (AUṀ/OṀ),
Se află marele foc, strălucirea universală (*viśva-arcis*)
Ce radiază/ilumineză în toate direcțiile.

विद्यारण्य — शास्त्रविषयं ज्ञानं नालं यस्य तस्मिन्महत्तत्त्वमेव कन्दो यस्य तस्मिन्प्रणवेन प्रबोधिते प्रागुक्तविकासे प्रणवदिवाकरस्य कारणतोच्यते। उक्तहृदयकमलमध्यगतसुषुम्नायामन्तर्वक्ष्यमाणवह्निशिखायाः कारणभूतं मूलाधारस्थं वैश्वानरमाह – विश्वार्चिषमिति। विश्वार्चिषं सर्वतःप्रसरज्वालम्। विश्वतोमुखं विश्वावकाशोदीर्णमुखसामर्थ्यम्॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.15) — În acela a cărui tulpină (*nāla*) este cunoaștere (*jñāna*) ce are drept obiect scripturile (*śāstra*), în acela al cărui bulb (*kanda*) este chiar categoria „cel mare" (*mahat-tattva*).

‹Trezit prin *praṇava* (AUṀ/OṀ)›: spune că în privința deschiderii/înfloririi enunțate anterior cauza este soarele-*praṇava*.

‹Strălucirea universală (*viśva-arcis*)›: spune despre Vaiśvānara, care stă în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*), că este cauza flăcării focului ce va fi descris ca fiind în interiorul „celei miloștive" (*suṣumnā*) ce se află în mijlocul lotusului inimii menționat [anterior].

‹Strălucirea universală (*viśva-arcis*)›: flăcările răspândindu-se pretutindeni.

‹În toate direcțiile›: capacitatea proiectării/manifestării în toate direcțiile spațiului.

वैश्वानरं जगद्योनिं [२]शिखातन्विनमीश्वरम्।
तापयन्तं स्वकं देहमापादतलमस्तकम्॥
Vaiśvānara, matricea universului (*jagat-yoni*),
Domnul cu trupul înflăcărat,
Încălzind propriul său trup
De la tălpile picioarelor până în creștetul capului,

विद्यारण्य — जगद्योनिम्। यद्धि जगदुपादानं परमात्मज्योतिस्तत्प्रतीकत्वेन तदात्मकमिदं मूलाधारस्थं ज्योतिस्तेन जगद्योनिरित्युच्यते। तत्प्रतीकत्वं च श्रूयते छान्दोग्ये – अथ यदतः परो दिवो ज्योतिर्दीप्यते इत्यारभ्य इदं वाव तद्यदिदमन्तः[३] पुरुषे ज्योतिः इति। शिखां तनोतीति शिखातन्विनम्[४]। औणादिको विनिप्रत्ययः। तापयन्तमिति। श्रूयते च तैत्तिरीयोपनिषदि – संतापयति स्वं देहमापादतलमस्तकमिति॥

[१]०महाकन्दे॥ [२]शिखातन्वितम्॥ [३]इदमस्मिन्नन्तः॥ [४]०तन्वितम्॥

1 Var.: „cunoașterii (*vidyā*) categoriilor realității (*tattva*)".

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.16) — ‹Matricea universului (*jagat-yoni*)›: deoarece această strălucire (*jyotis*) a supremului sine (*parama-ātman*) este cauza materială a universului (*jagat-upādāna*) prin faptul de a fi imaginea/simbolul (*pratīkatva*) acestuia, această strălucire (*jyotis*) care stă în „suportul rădăcină" (*mūlādhāra*), având natura acestuia, este numită din acest motiv matricea universului (*jagat-yoni*). Iar imaginea/simbolul (*pratīkatva*) acestuia este „auzită" în *Chāndogya*, începând cu –

> Apoi, această strălucire (*jyotis*) supremă luminează dincolo de ceruri (*div*), [în cele de deasupra universului (*viśva*), în cele de deasupra tuturor, în cele mai înalte și de ne-întrecut lumi (*loka*) –] aceasta este cu adevărat acesta, acesta este această strălucire (*jyotis*) din interiorul acestei persoane (*puruṣa*).[1]

‹Trupul înflăcărat›: manifestă flăcări/raze de lumină. *Vini* este sufix *uṇādi*.[2]

‹Încălzind›: este „auzit" în *Taittirīya-upaniṣad* –

> Își încălzește propriul trup din creștet până la tălpile picioarelor.[3]

निर्वातदीपवत्तस्मिन्दीपितं हव्यवाहनम्।
नीलतोयदमध्यस्थं विद्युल्लेखेव भास्वरम्॥
Purtătorul ofrandelor (Agni) fiind acolo în flăcări
Aidoma unei lămpi fără de vânt,
Strălucitor aidoma dârei fulgerului
Ce stă în mijlocul unui nor albastru,

नीवारशूकवद्रूपं[१] पीताभासं विचिन्तयेत्।
तस्य [२]वह्नेः शिखायां तु मध्ये परमकारणम्॥
Trebuie să-l contemple ca fiind de culoare galbenă (*pīta*),
Având forma aristei bobului de orez sălbatic (*nīvāra-śūka*),
Iar suprema cauză se află în mijlocul
Flăcării acelui foc.

विद्यारण्य — तस्य वह्नेरिति। श्रूयते च – तस्याः शिखाया मध्ये तु परमात्मा व्यवस्थित इति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.18) — ‹Acelui foc›: și astfel se aude –

> Iar în mijlocul acelei flăcări
> Se află stabilit supremul sine (*parama-ātman*).[4]

परमात्मानमानन्दं परमाकाशमीश्वरम्।]
ऋतं सत्यं परं ब्रह्म [३]सर्वसंसारभेषजम्॥ १॥

[१]०शुकवद्रूपम्॥ [२]वह्नि०॥ [३]साम्बम्॥

1 *ChU* III.13.7.
2 *Aṣṭādhyāyī* III.3.1 & III.4.75, prin extensie *Uṇādi-sūtra*.
3 *TaU* II.11.26, *Tā.* .., *NU* 13 & *MnU* 98.
4 *Bmr* V.5.2, *Ks* IV.18.

1. Supremul sine (*parama-ātman*), beatitudine (*ānanda*),
Supremul ſpaţiu (*parama-ākāśa*), Domnul (*īśvara*),]
Ordine (*ṛta*), adevăr (*satya*), supremul *bráhman*,
Panaceu al întregii [suferinţe din] *saṁsāra*,

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — धारणामुक्त्वा सविशेषनिर्विशेषब्रह्मध्यानमाह – अथेति। ऋतं कर्मफलमपरं ब्रह्म। सत्यं ज्ञानफलं परं ब्रह्म॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Aſtfel›: ſpune acum, după ce a foſt descrisă concentrarea (*dhāraṇā*), deſpre meditaţia (*dhyāna*) asupra lui *bráhman* cu caracteriſtici (*saviśeṣa*) şi fără de caracteriſtici (*nirviśeṣa*).

‹Ordine (*ṛta*)›: rezultatul acţiunilor (*karman*) – *bráhman* inferior (*apara*).

‹Adevăr (*satya*)›: rezultatul cunoaşterii (*jñāna*) – *bráhman* superior (*para*).

ऊर्ध्वरेतं[1] विश्वरूपं विरूपाक्षं[2] महेश्वरम्।
[नीलग्रीवं स्वमात्मानं पश्यन्तं पापनाशनम्।
ब्रह्मविष्णुमहेशानैर्ध्येयं ध्येयविवर्जितम्।]
सोऽहमित्यादरेणैव ध्यायेद्योगीश्वरेश्वरम्[3] ॥ २ ॥

2. Cel caſt (*ūrdhvaretas*), cel cu formă universală (*viśvarūpa*),
Cel cu mulţi ochi (*virūpakṣa*), Maheśvara,
[Cel cu gâtul albaſtru (*nīlagrīva*), propriul sine (*ātman*),
Cel care vede (*paśyat*), diſtrugătorul păcatelor –
De către Brahmā, Viṣṇu şi Maheśāna
Eſte de meditat cel pe deplin lipsit de „a fi de meditat”.]
O, domn al yoginilor! Acela sunt eu (*so'ham*)[1].
Aſtfel trebuie să mediteze cu reſpect asupra Domnului (*īśvara*).

विद्यारण्य — स्वयं ब्रह्मादिभिर्ध्येयं स्वात्मना ध्यातव्येनान्येन वर्जितम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.21) — De meditat □(*dhyeya*) eſte chiar de către însuşi Brahmā etc. prin/în propriul sine (*svātman*), lipsit fiind de alt [obiect] de meditat asupra (*dhyātavya*).

अयं मुक्तेर्महामार्ग[4] आगमान्तैकसंस्थितः।
अथवाऽहं मुनिश्रेष्ठ ब्रह्मा लोकपितामहः॥
Aceaſta eſte marea cale a izbăvirii (*mukti*)
Întemeiată exclusiv pe „sfârşitul scripturilor” (*āgamānta*),[2]
O, cel dintâi dintre înţelepţi! Sau altfel, „eu sunt
Brahmā, marele ſtrămoş al omenirii (*loka-pitāmaha*).”

विद्यारण्य — ध्यानस्य मोक्षहेतुत्वे श्रुतिः प्रमाणमित्याह – आगमान्तेति। ओमित्येवं ध्यायथ आत्मानं स्वस्ति वः पाराय तमसः परस्तादिति श्रूयते। विष्णुमूर्तिरिव स्वयं ब्रह्ममूर्तिर्भूत्वा स्वहृदये शिवं ध्यायेदित्याह – अथवाऽहमिति॥

[1] ०रूपम्॥ [2] विरूपाक्षं विश्वरूपम्॥ [3] महेश्वरम्॥ [4] महाभागः॥

1 *V. BāU* 1.4.10 & *AU* 2.
2 Var.: „Stabilită ca fiind singurul scop al scripturilor (*āgama*)”.

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.22) — ‹Sfârșitul scripturilor (*āgamānta*)›: Spune că scriptura (*śruti*) este mijlocul valid de cunoaștere (*pramāṇa*) cu privire la starea de cauzalitate a meditației (*dhyāna*) în ce privește mântuirea (*mokṣa*). Astfel se aude –

> Meditați astfel asupra sinelui (*ātman*) ca fiind OM̐!
> Bine să vă fie voua întru traversarea dincolo de întuneric (*tamas*).[1]

‹Sau altfel›: Spune că, devenind el însuși sub forma lui Brahmā precum [a devenit] sub forma lui Viṣṇu, trebuie să mediteze asupra lui Śiva în propria-i inimă.

इति स्मृत्वा स्वहृन्मध्ये शिवं परमकारणम्।
साक्षाद्वेदान्तसंवेद्यं साम्बं संसारभेषजम्।
अहंबुद्ध्या विमुक्त्यर्थं ध्यायेदीशानमव्ययम्॥
Amintind[u-și] astfel în mijlocul propriei inimi –
Śiva, suprema cauză,
Cunoscut/comunicat direct în Vedānta,
Împreună cu Ambā, remediu pentru *saṁsāra*,
În scopul deplinei izbăviri (*vimukti*) prin trezvia de sine/eu (*ahaṁ-buddhi*)
Trebuie să mediteze asupra ne-schimbătorului (*avyaya*) Domn (*īśāna*).

निर्विशेषब्रह्मध्यानम्
Meditația asupra lui *bráhman* fără de caracteristici (*nirviśeṣa*)

[1]अथवा सत्यमीशानं ज्ञानमानन्दमद्वयम्।
[2]अत्यर्थममलं[3] नित्यमादिमध्यान्तवर्जितम्॥३॥

3. Sau: „adevăr (*satya*), Domn (*īśāna*),
Cunoaștere (*jñāna*), beatitudine (*ānanda*), ne-dual (*advaya*),
Dincolo de orice măsură/obiect (*atyartha*)[2], ne-pătat (*amala*)[3],
Etern (*nitya*), lipsit de început, mijloc ori sfârșit,

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — अर्थजातमतीत्य ज्ञप्तिमात्रतया वर्तते इत्यत्यर्थम्॥

UPANIṢADBRAHMAYOGIN — ‹Dincolo de orice măsură/obiect (*atyartha*)›: fiind dincolo de cele cele materiale doar prin simpla înțelegere/conștiință (*jñapti*).

विद्यारण्य — सर्वाधारत्वजगत्कारणत्वादिविशिष्टवाचकस्य स इति पदस्य बुद्ध्यादिविशिष्टप्रत्यक्चैतन्यवाचकस्याहंपदस्य च सामानाधिकरण्ये सत्यखण्डैकरसे लक्ष्ये यत्र वाक्यार्थे पर्यवसानमतः सोऽहमिति महावाक्येनानुसंदध्यादिति। निष्कलविषयं ध्यानमाह – अथवा सत्यमिति॥

VIDYĀRAṆYA (*SūS* XIX.24) — Din acest motiv ar trebui să investigheze/mediteze prin marea aserțiune (*mahā-vākya*) „acela sunt eu” (*so'ham*): atunci când există același substrat (*sāmānādhikaraṇya*) – [deopotrivă] pentru cuvântul „acela” (*saḥ*), ce denotă în mod direct caracteristica de a fi suportul/substratul tuturor, cauza universului etc., și

[1]अथ वा॥ [2]अनन्तम्॥ [3]अचलम्॥

1 *MuU* II.2.6.
2 Var. n. २: „ne-sfârșit (*ananta*)”.
3 Var. *n.* ३: „ne-clintit (*acala*)”.

cuvântul „eu” (*aham*), ce denotă în mod direct conștiința (*caitanya*) interioară înzestrată cu trezvie/intelect (*buddhi*) etc. – cunoscut/indicat (*lakṣya*) drept unica esență ne-divizată (*akhaṇḍa-eka-rasa*) – astfel este înțelegerea/concluzia cu privire la înțelesul aserțiunii (*vākya*).

‹Sau: „adevăr (*satya*)›: spune despre meditația (*dhyāna*) al cărei obiect este fără de părți (*niṣkala*).

तथाऽस्थूलमनाकाशमसंस्पृश्यमचाक्षुषम्।
न रसं न च गन्धाख्यमप्रमेयमनूपमम्।
[सर्वाधारं जगद्रूपममूर्तं मूर्तमव्ययम्] ॥४॥

4. De asemenea ne-grosier (*aśthūla*), ne-spațial (*anākāśa*),
Ne-palpabil (*asaṁspṛśya*), ne-vizibil (*acākṣuṣa*),
Nu este gust (*rasa*) și nu este miros (*gandha*),
Ne-măsurabil (*aprameya*), ne-comparabil (*anūpama*),
[Substrat al tuturor (*sarvādhāra*), natura/forma universului (*jagad-rūpa*),
Ne-trupesc (*amūrta*), trupesc (*mūrta*), ne-schimbător (*avyaya*),][1]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — अनाकाशमित्यादिपञ्चविशेषणतः पञ्चभूतवैलक्षण्यमुक्तं भवति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Diferența (*vailakṣaṇya*) față de cele cinci elemente grosiere (*bhūta*) a fost descrisă prin cele cinci caracteristici (*viśeṣaṇa*): ne-spațial (*anākāśa*) etc.

विद्यारण्य — तत्राहंपदवाच्यस्य बुद्ध्यादिविशिष्टप्रत्यक्चैतन्यस्य सकललोकप्रत्यक्षत्वेऽपि स इत्येतत्पदवाच्यस्य परोक्षत्वेनाप्रसिद्धत्वात्सर्वाधारमित्यादिना पदजातेन तन्निर्देशः। ततः प्राक्तनेन च सत्यमित्यादिना लक्ष्यस्याखण्डैकरसप्रदर्शनं सोऽहमिति च लक्षणाबीजस्य सामानाधिकरण्यनिर्देश इति विभागः। तत्राद्वयमस्थूलमनाकाशमित्यादयो द्वैतादिनिषेधमुखेन लक्ष्ये पर्यवस्यन्ति। सत्यादयस्तु स्वार्थार्पणप्रणाल्येति[१] विशेषः। तदुक्तमाचार्यैः – तत्रानन्तोऽन्तवद्वस्तुव्यावृत्त्यैव विशेषणम्। स्वार्थार्पणप्रणाल्या[२] तु परिशिष्टे[३] विशेषणमिति। वाजसनेयश्रुतिरप्येतद्व्यावृत्तिमुखेनैवैतदेव लक्ष्यं[४] निर्दिशति[५] – एतद्वै तदक्षरं गार्गि ब्राह्मणा अभिवदन्त्यस्थूलमनण्वह्रस्वमदीर्घमलोहितमस्नेहमच्छायमतमोऽवाय्वनाकाशमसङ्गमस्पर्शमगन्धमरसमचक्षुष्कमश्रोत्रमित्यादि। प्रकृत्याऽमूर्तमपि मायया मूर्तम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.26) — Deși acolo există ființa de a fi percepută direct de către toată lumea a conștiinței (*caitanya*) interioare înzestrată cu trezvie/intelect (*buddhi*) etc., denotate de cuvântul „eu” (*aham*), din cauza stării de ne-realizare (*aprasiddhatva*) datorită faptului de a fi dincolo de percepție (*parokṣatva*) a ceea ce este denotat prin cuvântul „acela” (*saḥ*), descrierea/indicarea acestuia [este realizată] prin grupul de cuvinte începând cu ‹substrat al tuturor (*sarvādhāra*)› etc. Și, de aceea, prin cele anterioare, precum adevărul (*satya*) etc., este prezentarea a ceea ce trebuie cunoscut/indicat (*lakṣya*) prin faptul de a fi unica esență ne-divizată (*akhaṇḍa-eka-rasa*), iar [prin] „acela sunt eu” (*so'ham*) este indicat faptul că există același substrat (*sāmānādhikaraṇya*) pentru sămânța/originea (*bīja*) metonimiei/indicației (*lakṣaṇā*) – astfel este împărțirea/diferența.

Acolo, ‹ne-dual (*advaya*), ne-grosier (*aśthūla*), ne-spațial (*anākāśa*)› etc., se împlinesc/sfârșesc prin intermediul negării dualității (*dvaita*) etc. în cel ce trebuie cunoscut/indicat (*lakṣya*). Însă, ‹adevăr (*satya*)› etc. este o distincție (*viśeṣa*) [făcută] pe

[१]०प्रणाड्येति॥ [२]०(प्र/प्रा)णाड्या॥ [३]परिशि(ष्टौ/ष्ये)॥ [४]अप्यतद्व्यावृत्ति०॥ [५]निर्देशयति॥

1 Cf. *ApU* V.73.

calea (*praṇālī*) inserării propriului sens (*sva-artha*), astfel fiind menționat de către profesori –

> Acolo, „ne-sfârșit" (*ananta*) este un atribut (*viśeṣaṇa*)
> Doar prin eliminarea celor existente limitate/pieritoare (*antavat-vastu*).
> Însă, pe calea (*praṇālī*) inserării propriului sens (*sva-artha*)
> Este un atribut (*viśeṣaṇa*) în ceea ce rămâne (*pariśiṣṭa*).[1]

Și scriptura (*śruti*) lui Vājasaneya indică pe acesta care trebuie cunoscut/indicat (*lakṣya*) prin intermediul eliminării acestuia –

> — O, Gargi! Într-adevăr, pe ne-pieritorul (*akṣara*) acesta *brāhmaṇii* îl declară ca fiind: ne-grosier (*asthūla*), ne-subtil/-atomic (*anaṇu*), ne-scurt (*ahrasva*), ne-lung (*adīrgha*), ne-sânge (*alohita*), ne-grăsime (*asneha*), ne-umbră (*acchāya*), ne-întuneric (*atamas*), ne-aer (*avāyu*), ne-spațiu (*anākāśa*), ne-atașat (*asaṅga*), ne-atingere (*asparśa*), ne-miros (*agandha*), ne-gust (*arasa*), ne-văz (*acakṣuṣka*), ne-auz (*aśrotra*)[, ne-cuvânt/-glas (*avāc*), ne-minte (*amanas*), ne-strălucire/-viguros (*atejaska*), ne-suflu (*aprāṇa*), ne-chip/-gură (*amukha*), ne-măsură (*amātra*), ne-lăuntric (*anantara*), ne-exterior (*abāhya*) – aceasta nu mănâncă nimic, nimeni nu-l mănâncă pe aceasta].[2]

Deși prin [propria-i] natură (*prakṛti*) este ne-trupesc/-material (*amūrta*), prin iluzie (*māyā*) este trupesc/material (*mūrta*).

अदृश्यं दृश्यमन्तस्थं बहिष्ठं सर्वतोमुखम्।
सर्वतःपाणिपादं च सर्वकारणकारणम्॥

Ne-văzut|văzut, situat în interior|situat în exterior,
Cu fața în toate direcțiile (*sarvato-mukha*)
Și cu mâinile și picioarele în toate direcțiile (*sarvato-pāṇi-pāda*)
Cauza tuturor cauzelor (*sarva-kāraṇa-kāraṇa*),

विद्यारण्य — एवमदृश्यं दृश्यमव्ययं तत्त्वावबोधपर्यन्तमनिवृत्तोपाधिकम्। अन्तस्थमिति। अन्तर्बहिश्च तत्सर्वं व्याप्य नारायणः स्थितः इति हि श्रुतिः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.28) — Astfel, cel ne-schimbător (*avyaya*) și de ne-văzut (*adṛśya*) este văzut (*dṛśya*), fiind ne-contenit condiționat (*anivṛtta-upādhika*) până la realizarea realului (*tattva-avabodha*).

‹Situat în interior›: astfel este în scriptură –

> Nārāyaṇa stă/neclintit pătrunzând
> Tot acest [univers] în interior și în exterior.[3]

1 *Tv* I.78cd-79ab.
2 *BāU* III.8.8.
3 *Tā* X.11, *TU* IV.2.5, *TnU* 94 & *MnU* XI.6/XIII.5.

सर्वज्ञानादिसंयुक्तमहामित्येव[१] चिन्तयेत्।
अयं पन्था मुनिश्रेष्ठ साक्षात्संसारनाशने॥
Trebuie să contemple aștfel: „eu sunt pe deplin unit
Cu cel atot-cunoscător (*sarvajña*) și fără început (*anādi*).”[1]
O, cel dintâi dintre înțelepți! Aceasta este calea
Întru distrugerea directă/imediată a *saṁsāra*-ei.

आत्मानं[२] सच्चिदानन्दमनन्तं ब्रह्म सुव्रत।
अहमस्मीत्यभिध्यायेद्देहातीतं[३] विमुक्तये॥५॥
5. O, tu, preavirtuosule! [Având în vedere] izbăvirea deplină (*vimukti*),
Aștfel[2] trebuie să mediteze asupra celui ce se află dincolo de trup (*dehātīta*):[3]
„Eu sunt sinele (*ātman*), cel ne-sfârșit (*ananta*),
Bráhman, ființă-conștiință-beatitudine (*sat-cit-ānanda*).”

विद्यारण्य — उक्ते वाच्यार्थपूर्वकलक्ष्यानुसंधानेक्षणे सति वाच्यानुसंधानमपि त्यक्त्वा लक्ष्य एवार्थोऽनुसंधेय इत्याह – अथवा सच्चिदिति। सच्चिदानन्दादयः शब्दा लक्षणयाऽखण्डैकरसमेव स्वरूपं समर्थयन्ति[४]॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.29) — ‹Sau altfel ... ființă-conștiință›: Spune că sensul care trebuie investigat este doar cel indicat (*lakṣya*), abandonând desigur investigarea sensului literal (*vācya-artha*), fiind cu privire la investigarea a ceea ce trebuie cunoscut/indicat (*lakṣya*) precedată de sensul literal (*vācya-artha*) menționat. Cuvinte precum ‹ființă-conștiință-beatitudine (*sat-cit-ānanda*)› etc. determină/prezintă prin metonimie/indicație (*lakṣaṇā*) natura proprie care este, desigur, unica esență ne-divizată (*akhaṇḍa-eka-rasa*).

[५]इदंतया न देवेशमभिध्यायेन्मनागपि।
ब्रह्मणः साक्षिरूपत्वान्नेदं यदिति हि श्रुतिः॥
Să nu mediteze câtuși de puțin
Asupra Domnului zeilor (*deveśa*) prin „aceasta” (*idaṁtā*).
„Datorită naturii de martor a lui *bráhman*, nu este aceasta” –
Cu adevărat, aștfel spune scriptura (*śruti*).

विद्यारण्य — [६]प्रत्यक्तादात्म्येनैवानुसंधाननियमे कारणमाह – इदंतयेति। नेदं यदिति हि श्रुतिरिति। यच्चक्षुषा न पश्यति येन चक्षूंषि पश्यति[७]। तदेव ब्रह्म त्वं विद्धि नेदं यदिदमुपासते। इति तलवकरोपनिषत्परात्तत्वेन ब्रह्मणोऽनुसंधानं प्रत्याचष्ट इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.30) — ‹Prin „aceasta” (*idaṁtā*)›: spune despre cauza (*kāraṇa*) în ce privește regula/folosirea investigării (*anusaṁdhāna-niyama*) prin starea de identitate cu sinele interior.

‹„Nu este aceasta” – cu adevărat, aștfel spune scriptura (*śruti*)›: *Talavakāra-upaniṣad* respinge investigarea lui *bráhman* prin starea trupească/exterioară (*parāktva*) –

[१]सर्वज्ञत्वादिसंयुक्तं सोऽहमित्येव॥ [२]अथवा॥ [३]ध्येयातीतम्। अभिप्रायो भावयेत्॥ [४]समर्पयन्ति॥ [५]य इदं हृदिदेवेशमपिध्यायेत्॥ [६]प्रत्यगात्म्येन॥ [७]पश्यन्ति॥

1 Var. n. १: „acela sunt eu (*so'ham*), înzestrat pe deplin cu starea de atot-cunoscător (*sarvajñatva*) etc.”
2 Var. *n.* २: „Sau aștfel”.
3 Var. *n.* ३: „ce este dincolo de a putea fi meditat (*dhyeyātīta*)”.

Pe cel pe care nu-l vede cu ochiul,
Prin care vede ochii[1] –
Tu doar pe acest *bráhman* să-l cunoști,
Și nu pe acesta pe care îl venerează![2]

– astfel este înțelesul.

एवं ध्यानपरः साक्षाच्छिव एव न चान्यथा।
अनेन सदृशो लोके नहि वेदविदां वर॥
O, cel mai bun dintre cunoscătorii *Vedelor*! Astfel,
Śiva este nemijlocit cel mai bun pentru meditație (*dhyāna*),
Și nu este nicidecum altfel,
Căci nu există în lume altul asemănător.

प्रक्षीणाशेषपापस्य ज्ञाने ध्याने भवेन्मतिः।
पापोपहतबुद्धीनां तद्वार्ताऽपि सुदुर्लभा॥
Dorința întru cunoaștere (*jñāna*) și meditație (*dhyāna*)
Apare pentru cel al cărui păcat (*pāpa*) este pe deplin distrus.
Pentru cei cu intelectul (*buddhi*) afectat de păcate
Chiar și vorbirea despre aceasta este foarte dificil de obținut.

अथवा विष्णुमव्यक्तमाधारं देवनायकम्।
शङ्खचक्रधरं देवं पद्महस्तं सुलोचनम्॥
Sau: pe Viṣṇu, ne-manifestat (*avyakta*),
Substratul (*ādhāra*), conducătorul zeilor (*deva-nāyaka*),
Divinitate ce poartă scoica (*śaṅkha*) și discul (*cakra*),
Cu un lotus în mână (*padma-hasta*) și ochi frumoși (*sulocana*).

विद्यारण्य — सकलनिष्कलात्मकस्य शिवस्य तादात्म्यानुसंधानध्यानान्युक्त्वा[1] विष्ण्वादीनामपि सकलध्यानान्याह – अथवा विष्णुमित्यादि। निष्कलं तु विशेषाभावात्तदेव भविष्यतीति न पृथगुक्तम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.33) — ‹Sau pe Viṣṇu›: spune despre meditațiile cu părți/formă (*sakala-dhyāna*) și ale lui Viṣṇu etc. după ce a spus meditațiile prin investigarea (*anusaṁdhāna*) identității (*tādātmya*) cu/lui Śiva, a cărui natură este cu părți/formă|fără de părți/formă (*sakala|niṣkala*). Iar [meditația] fără de părți/formă (*niṣkala*) nu a fost spusă separat deoarece, datorită ne-existenței caracteristicilor (*viśeṣa*), va fi chiar acela.

किरीटकेयूरधरं पीताम्बरधरं हरिम्।
श्रीवत्सवक्षसं विष्णुं पूर्णचन्द्रनिभाननम्॥
Pe Hari, purtător al veșmintelor galbene,
Purtător al brățării (*keyūra*) și al tiarei (*kirīṭa*),
Pe Viṣṇu având pe piept [semnul] *śrīvatsa*,
Cu fața aidoma unei lune pline,

[1] ०अनुध्यानान्युक्त्वा॥

1 Var. n. \9: „Prin care ochii văd”.
2 *KeU* I.7.

पद्मपुष्पदलाभोष्ठं सुप्रसन्नं शुचिस्मितम्।
शुद्धस्फटिकसंकाशमहमित्येव चिन्तयेत्॥
Cu buzele aidoma petalelor florii de lotus (*padma*),
Foarte binevoitor/senin (*suprasanna*), cu zâmbet luminos,
Asemănător unui cristal (*sphaṭika*) pur,
[Acela sunt] eu – astfel trebuie să contemple.

एतच्च दुर्लभं प्रोक्तं योगशास्त्रविशारदैः।
अथवा देवदेवेशं ब्रह्माणं परमेष्ठिनम्॥
De către cei experimentați în știința/scriptura Yoga
Aceasta a fost descrisă ca fiind foarte greu de dobândit.
Sau altfel: pe Domnul tuturor divinităților (*devadeveśa*),
Pe Brahmā, pe cel preaînalt (*parameṣṭhin*),

अक्षमालाधरं देवं कमण्डलुकराम्बुजम्।
वरदाभयहस्तं च वाग्देव्या सहितं सदा।
कुन्देन्दुसदृशाकारमहमित्येव चिन्तयेत्॥
Pe zeul ce poartă un rozariu/mătănii (*akṣamālā*),
Cu mâna-lotus ținând urciorul pentru apă (*kamaṇḍalu*)
Și cu [celelalte] mâini [gestul] binefacerii (*varada*) și al ne-nfricării (*abhaya*),
Mereu împreună cu zeița cuvântului (*vāgdevī*/Sarasvatī),
Cu forma aidoma iasomiei (*kunda*) și a lunii (*indu*),
[Acela sunt] eu – astfel trebuie să contemple.

अथवाऽग्निं तथाऽऽदित्यं चन्द्रं वा देवतान्तरम्।
वेदोक्तेनैव मार्गेण सदाऽहमिति चिन्तयेत्॥
Sau: focul (*agni*), tot astfel și soarele (*āditya*),
Luna (*candra*) sau altă divinitate (*devatā*),
[Acela sunt] eu – astfel trebuie să contemple mereu
Pe calea menționată de *Vede*.

ध्यानफलम्
Rezultatele meditației (*dhyāna*)

एवमभ्यासयुक्तस्य पुरुषस्य महात्मनः।
क्रमाद्वेदान्तविज्ञानं विजायेत[1] न संशयः॥६॥
6. I se va dezvălui cunoașterea (*jñāna*) Vedāntei
În mod treptat, fără nici un dubiu,
Omului (*puruṣa*), suflet mare (*mahātman*),
Care este înzestrat cu o asemenea practică.

विचारण्य — अत्र सगुणध्यानानि चित्तैकाग्र्यद्वारा पापक्षयद्वारा वा निष्कलसाक्षात्कारे कारणम्। निष्कलं ध्यानं त्वव्यवधानेनेत्याह – एवमभ्यासेति॥

[1] विज्ञायेत॥

Vidyāraṇya (*SūS* XIX.39) — Aici, meditațiile cu atribute (*saguṇa-dhyāna*) sunt cauza (*kāraṇa*) realizării directe [a realului] fără de părți/formă (*niṣkala*) prin intermediul concentrării psihicului (*citta-ekāgrya*) ori prin intermediul distrugerii păcatelor (*pāpa*).

‹Asemenea practică›: spune că meditația fără de părți/formă (*niṣkala*) este prin ne-întrerupere/-separare (*avyavadhāna*).

ज्ञानादज्ञानविच्छित्तिः सैव तस्य विमुक्तता[1]।
सर्वमुक्तं समासेन मया वेदान्तसंग्रहम्।
मत्प्रसादाद्विजानीहि मा शङ्किष्ठाः कदाचन॥
Din cunoaștere (*jñāna*) rezultă tăierea/dispariția ne-cunoașterii (*ajñna*),
Aceasta este, desigur, starea sa de deplină izbăvire (*vimuktatā*).
Tot acest compendiu de Vedānta
A fost spus de către mine succint.
Cunoaște pe deplin prin grația mea!
Să nu te îndoiești niciodată!

इति दर्शनोपनिषत्सु नवमः खण्डः॥
Astfel a fost al nouălea capitol din *Darśana-upaniṣad*

[1] विविक्तता॥

Capitolul x

समाधिस्वरूपम्
Natura contemplării (*samādhi*)

अथातः संप्रवक्ष्यामि समाधिं भवनाशनम्।
समाधिः संविदुत्पत्तिः परजीवैकतां प्रति[1] ॥ १ ॥

1. Aștfel, de acum voi explica pe deplin
Despre contemplarea (*samādhi*) care este distrugătoarea devenirii (*bhava*):
Contemplarea (*samādhi*) este apariția conștiinței (*saṁvid*) cu privire la
Stare de unitate a [sinelui (*ātman*)] suprem (*para*) cu cel individual (*jīva*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — ध्यानप्रकारमुक्त्वा समाधिप्रकारमाह – अथेति॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Aștfel›: spune acum, după ce au fost descrise tipurile de meditație (*dhyāna*), despre tipurile de contemplare (*samādhi*).

विद्यारण्य — यतः साधनभूतध्यानस्वरूपज्ञानायत्ता तत्फलसंविदः[2] समाधिपर्यायाया उत्पत्तिः[3]। अतस्तदनन्तरं तदभिधानमिति प्रतिजानीते – अथात इति। महावाक्यलक्ष्यस्वरूपसाक्षात्कार एव समाधिरिह विवक्षित इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.1) — Deoarece apariția[1] conștiinței (*saṁvid*) ca rezultat al acesteia, sinonimă cu contemplarea (*samādhi*), depinde de cunoașterea naturii proprii a meditației (*dhyāna*) care a devenit un mijloc/instrument (*sādhana*).

‹Aștfel›: de aceea, imediat după aceasta (*i.e. dhyāna*), declară explicarea acesteia (*i.e. samādhi*). Aici se dorește a se spune că *samādhi* este, desigur, realizarea directă a naturii proprii a ceea ce este de cunoscut/indicat (*lakṣya*) prin marile aserțiuni (*mahā-vākya*) – aștfel este înțelesul.

यदि जीवः पराद्भिन्नः कार्यतामेति सुव्रत।
अचित्त्वं च प्रसज्येत घटवत्पण्डितोत्तम।
विनाशित्वं भयं च स्याद्वितीयाद्वा इति श्रुतिः॥
O, prea-virtuosule! Devine un efect/rezultat (*kāryatā*)
Dacă [sinele] individual (*jīva*) este separat de cel suprem (*para*),
Și ar rezulta starea de ne-conștiință (*acittva*),
Fiind aidoma unui urcior, o, cel mai bun dintre învățați!
Aștfel [spune] scriptura (*śruti*): ar exista atât starea de deplină distrugere,
Cât și frica (*bhaya*) din cauza celui de-al doilea.[2]

विद्यारण्य — ध्यानफलभूततत्त्वविमर्शस्वरूपफलमाह – यदि जीव इति। [4]कस्माद्यभेष्यद्वितीयाद्वै भयं भवतीति वाजसनेयश्रुतिरित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.2) — ‹Dacă [sinele] individual (*jīva*)›: spune despre rezultatul a cărui proprie natură este cunoașterea/reflectarea realului/categoriilor (*tattva-vimarśa*), obținut ca rezultat al meditației (*dhyāna*). Aștfel [spune] scriptura lui Vājasaneya –

[1]परजीवैक्य(तामतिः/तां प्रति)॥ [2]०ज्ञानाय तत्तत्फल०॥ [3]अनुत्पत्तिः॥ [4]कस्माद्यभेष्यत्॥

1 Var. n. 3: „ne-apariția”.
2 Cf. *BāU* 1.4.2.

Din a cui cauză s-ar putea teme?
Cu adevărat frica apare din cauza unui al doilea.[1]

– aştfel este înţelesul.

नित्यः सर्वगतो ह्यात्मा कूटस्थो दोषवर्जितः।
[१]एकः संभिद्यते[२] भ्रान्त्या मायया न स्वरूपतः॥२॥

2. Sinele (*ātman*), etern (*nitya*), atot-prezent (*sarvagata*),
Nemişcat (*kūṭaśtha*), lipsit de defecte (*doṣa*),
Unul fiind este divizat[2] din pricina confuziei (*bhrānti*) iluziei (*māyā*),
Nicidecum prin propria sa natură (*svarūpa*).

विद्यारण्य — स भिद्यत इति। मायया ऽज्ञानेन जनिता या भ्रान्तिर्विपरीतज्ञानं तया भेदो गृह्यते। प्रमेयभेदग्रहणस्य नेह नानास्तीति श्रुतिबाधितत्वेन भ्रान्तित्वादित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.4) — ‹Aceşta este divizat›: aceaşt confuzie (*bhrānti*) care este cunoaşterea contrară (*viparīta-jñāna*), este apărută prin iluzia (*māyā*) care este [de natura] ne-cunoaşterii (*ajñāna*) – prin aceaşt [confuzie] este percepută diferenţierea/dualitatea (*bheda*). Respingerea [exprimată] în scripturi (*śruti*) – „aici nu există diferenţiere/multiplicitate (*nānā*) [câtuşi de puţin]"[3] – este cu privire la perceperea diferenţiată/dualişt (*bheda*) din cauza stării de confuzie (*bhrāntitva*) a celor de cunoscut (*prameya*) – aştfel este înţelesul.

तस्मादद्वैतमेवास्ति न प्रपञ्चो न संसृतिः।
यथाऽऽकाशो घटाकाशो मठाकाश[३] इतीरितः॥३॥

3. Prin urmare doar cel ne-dual (*advaita*) există cu adevărat,
Manifestarea (*prapañca*) nu există, transmigraţia (*saṁsṛti*) nu există.
Căci aşa cum a fost spus că spaţiul (*ākāśa*) este
Atât ca spaţiu al urciorului (*ghaṭa*), cât şi ca spaţiu al mănăstirii (*maṭa*)[4],

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यस्मादेवं तस्मात्। यथाऽऽकाश एव घटाकाशः॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Prin urmare›: fiind aştfel, cu adevărat spaţiul (*ākāśa*) [exterior este acelaşi] cu spaţiul urciorului (*ghaṭa-ākāśa*).

तथा भ्रान्तैर्द्विधा प्रोक्तो ह्यात्मा जीवेश्वरात्मना।
नाहं देहो न च प्राणो नेन्द्रियाणि मनो नहि[४]॥४॥

4. Tot aştfel a fost spus de către cei confuzi (*bhrānta*)
Că sinele (*ātman*) ar fi de două feluri: individual (*jīva*) şi suprem (*īśvara*).
„Eu nu sunt trupul (*deha*) şi nici suflul (*prāṇa*),
Nu sunt instrumentele (*indriya*) şi nici mintea (*manas*),

[१]एकस्मिन्॥ [२]स भिद्यते॥ [३]महाकाशः॥ [४]न हि। तथैव च॥

1 *BāU* I.4.2.
2 Var. n. २: „Unul fiind aceşta este divizat".
3 *BāU* IV.4.19. & *KU* II.1.11.
4 Var. *n.* ३: „marele spaţiu (*mahākāśa*)".

विद्यारण्य — अविद्ययाऽऽत्मतादात्म्येनाध्यस्तस्य देहेन्द्रियमनःप्राणादेर्विमर्शजनितेन विवेकज्ञानेन निरासमभिनयेन[१] दर्शयति – नाहं देह इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.6) — ‹Eu nu sunt trupul (*deha*)›: arată respingerea printr-un act dramatic (*abhinaya*), prin cunoașterea discriminativă (*viveka-jñāna*) născută din cunoașterea/reflectarea (*vimarśa*) greșitei atribuiri prin identificarea cu sinele (*ātman*), din cauza ne-științei (*avidyā*), a trupului (*deha*), a instrumentelor (*indriya*) [de cunoaștere și acțiune], a minții (*manas*), a suflurilor (*prāṇa*) etc.

न मनोऽहं न बुद्धिश्च नैव चित्तमहंकृतिः।
नाहं पृथ्वी न सलिलं न च वह्निर्न चानिलः॥
Eu nu sunt mintea (*manas*) și, desigur, nu sunt intelectul (*buddhi*),
Nu sunt nici psihicul/memoria (*citta*) ori eul empiric (*ahaṁkṛti*),
Eu nu sunt pământ (*pṛthvī*) și nici apă (*salila*),
Nu sunt foc (*vahni*) și nici aer (*anila*),

विद्यारण्य — यथा भूतकार्यस्य देहादेर्विवेक एवं तत्कारणस्य पृथिव्यादिभूतजातस्य चेत्याह – नाहं पृथ्वीति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.7) — ‹Eu nu sunt pământ (*pṛthvī*)›: Spune că așa cum există discernământul (*viveka*) trup (*deha*) etc., care sunt un efect al elementelor (*bhūta-kārya*), tot astfel este și [discernământul] grupului de elemente începând cu pământul (*pṛthvī*) etc., care sunt cauza (*kāraṇa*) acestora (*i.e.* trup etc.).

न चाऽऽकाशो न शब्दश्च न च स्पर्शस्तथा रसः।
नाहं गन्धो न रूपं च न मायाऽहं न संसृतिः॥
Eu nu sunt Spațiu (*ākāśa*) și nici sunet (*śabda*),
Eu nu sunt atingere (*śparśa*) și nici savoare (*rasa*),
Eu nu sunt miros (*gandha*) și nici formă (*rūpa*),
Eu nu sunt iluzie (*māyā*) și nici manifestare (*saṁsṛti*) –

सदा साक्षिस्वरूपत्वाच्छिव एवास्मि[२] केवलः।
इति धीर्या मुनिश्रेष्ठ सा समाधिरिहोच्यते॥५॥
5. Sunt prin propria-mi natură de martor (*sākṣin*),
Întotdeauna și cu adevărat singurul/unicul (*kevala*) Śiva.”
O, întâi-stătătorule între înțelepți! Contemplarea (*samādhi*)
Este descrisă aici ca fiind această cunoaștere (*dhī*).

अथवा पञ्चभूतेभ्यो जातमण्डं महामुने।
भूतमात्रतया दग्ध्वा विवेकेनैव वह्निना।
पुनः स्थूलादिभूतानि सूक्ष्मभूतात्मना तथा॥
O, mare sfinte! Sau: oul (*aṇḍa*) [cosmic]
Născut din cele cinci elemente (*bhūta*)
Arzându-l prin focul discernământului (*viveka*)
Pentru a [rămâne] doar elemente (*bhūta*),
Iar apoi, din nou, elementele grosiere (*sthūla-bhūta*) etc.,
De asemenea, prin a avea natura elementelor subtile (*sūkṣma-bhūta*).

[१] अभिनयत्वे॥ [२] एवास्ति॥

विद्यारण्य — सकारणाद्भूतभौतिकप्रपञ्चादात्मानं बुद्ध्यैव विविच्य विविक्ते तस्मिन्समाधिरुक्तः। अधुना तं प्रपञ्चं बुद्ध्यैव प्रविलाप्य परिशिष्टे तस्मिन्नद्वितीये समाधिमाह – अथवा पञ्चेति। तदनन्यत्वमारम्भणशब्दादिभ्यः इति न्यायेन भौतिकं ब्रह्माण्डं पञ्चीकृतभूतात्मना तानि च भूतान्यपञ्चीकृतभूतात्मना॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.9) — Discernând prin intelect (*buddhi*) sinele (*ātman*) de universul (*prapañca*) alcătuit din elemente împreună cu cauza (*kāraṇa*) [aceștuia] – contemplarea (*samādhi*) este menționată ca fiind această [stare de] separare/solitudine (*viviktа*).

‹Sau ... cele cinci›: spune că acum, dizolvând pe deplin prin intelect (*buddhi*) acest univers (*prapañca*) – contemplarea (*samādhi*) este întru cel care a rămas fără de un al doilea (*advitīya*). Prin raționamentul (*nyāya*) „starea de ne-alteritate (*ananyatva*) a aceștuia[1] este [exprimată în texte] prin cuvinte precum ‹început› (*ārambhaṇa*) etc.”[2], oul cosmic (*brahmāṇḍa*) este material, fiind prin natura [sa alcătuit din] încincitele elemente (*pañcīkṛta-bhūta*), iar aceste elemente (*bhūta*) sunt prin natura [lor alcătuite din] ne-încincitele elemente (*apañcīkṛta-bhūta*).

[1]विलाप्यैवं विवेकेन ततस्तान्यपि बुद्धिमान्।
मायामात्रतया दग्ध्वा मायां च प्रत्यगात्मना॥
Cel înzestrat cu înțelepciune, dizolvând astfel prin discernământ (*viveka*),
Iar apoi și pe acelea arzându-le
Ca fiind nici mai mult și nici mai puțin decât iluzorii (*māyā*),
Iar iluzia (*māyā*) [dizolvând-o în/]prin sinele interior (*pratyañc-ātman*).

विद्यारण्य — तान्यपीति। [2]पर्यायेणानुक्रमोऽत उपपद्यते[3] च इति न्यायेन पृथिव्यादिक्रमेण मायायां तामप्यात्मनि बुद्ध्यैव प्रविलाप्य परिशिष्टेऽद्वितीये केवलमात्मनि स्वात्मतादात्म्येनानुसंधानं समाधिरित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.11) — ‹Iar apoi și pe acelea›: prin regula/logica (*nyāya*) „ordinea cuvenită (*anukrama*) este prin succesiune (*paryāya*), de aceea este potrivită/de dobândit”, dizolvând astfel pe deplin în mod succesiv (*krama*) pământul (*pṛthivī*) etc. în iluzie (*māyā*), iar pe aceasta în sine (*ātman*) prin intelect (*buddhi*), investigarea (*anusaṁdhāna*) fiind prin identitatea propriului sine (*svātman*) doar în/cu acel sine (*ātman*) ne-dual (*advitīya*) care a rămas – astfel este înțelesul [cuvântului] „contemplare” (*samādhi*).

ब्रह्ममात्रावशेषः
Ceea ce rămâne este doar *bráhman*

सोऽहं[4] ब्रह्म न संसारी न मत्तोऽन्यः[5] कदाचन।
[इति विद्यात्स्वमात्मानं स समाधिः प्रकीर्तितः॥
„‹Acela sunt eu› (*so'ham*), *bráhman*, nu o entitate tranzitorie (*saṁsārin*);
Nu mai există nimeni altcineva în afară de mine” –
[Astfel trebuie să-și cunoască propriul sine (*ātman*),
Aceasta a fost proclamată ca fiind contemplarea (*samādhi*).

[1]विनाऽप्येवम्॥ [2]विपर्ययेण तु क्रमः॥ [3]विपर्ययेणानुक्रमो नोपपद्यते॥ [4]साहम्॥ [5]अन्यत्॥

1 Var.: „ne-diferențierea (*ananyatva*) acestora (*i.e.* a cauzei și efectului)”
2 *Bs* ii.1.14.

अथवा योगिनां श्रेष्ठ प्रणवात्मानमीश्वरम्।
वर्णत्रयात्मना[१] विद्यादकारादिक्रमेण तु॥
O, cel mai bun dintre yogini! Sau: trebuie să cunoască,
Desigur în mod succesiv începând cu fonemul A,
Pe Domnul (*īśvara*) a cărui natură este *praṇava*,
Cea alcătuită din cele trei litere/sunete (*varṇa*).

विचारण्य — वाच्यवाचकप्रपञ्चस्य[२] ब्रह्मणि [३]परिकल्पितत्वात्प्रणववाच्यस्थूलसूक्ष्मप्रपञ्चस्य सकारणस्योपसंहारद्वारा निष्कलब्रह्मणि समाधिमभिधाय वाचकप्रणवावयवानामकारोकारमकारार्धमात्रारूपाणां सकारणानां प्रविलापनं ब्रह्मणि समाधिमिदानीमाह – अथवा योगिनामिति। प्रणवो ह्यपरं ब्रह्म प्रणवश्च परं स्मृतम्[४]। एवं हि प्रणवं ज्ञात्वा व्यश्नुते तदनन्तरमिति ह्युक्तम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.13) — ‹Sau: ... dintre yogini›: Spune [aceasta] din cauza stării de a fi imaginată în *bráhman* manifestarea (*prapañca*) semnificatului (*vācya*) și a semnificantului (*vācaka*), după ce a spus despre contemplarea (*samādhi*) în[tru] *bráhman* fără de părți (*niṣkala*) prin intermediul retragerii (*upasaṁhāra*) manifestării (*prapañca*) subtile și grosiere denotată (*vācya*) prin *praṇava* împreună cu a sa cauză (*kāraṇa*), acum contemplarea (*samādhi*) este deplina dizolvare a componentelor *praṇava*-ei denotatoare (*vācaka*) în *bráhman*, a căror natură [este alcătuită din] fonemul A, fonemul U, fonemul M și jumătate de *mora* (*ardha-mātrā*) împreună cu cauzele acestora. Astfel a fost menționat –

> *Praṇava* este, desigur, *bráhman* inferior (*apara*),
> Iar *praṇava* este amintită ca fiind [*bráhman*] suprem (*para*) –
> Cunoscând astfel *praṇava*
> Este dobândit/experimentat imediat după aceea.[1]

ऋग्वेदोऽयमकाराख्य उकारो यजुरुच्यते[५]।
मकारः सामवेदाख्यो नादस्त्वाथर्वणी श्रुतिः॥
Acest fonem A este numit *Rg-veda*,
Fonemul U este numit *Yajur-veda*,
Fonemul M este numit *Sāma-veda*,
Iar *nāda* este scriptura (*śruti*) *Atharvaṇī*.

विचारण्य — अकारोकारमकारनादानां वेदचतुष्टयात्मकत्वमाह[६] – ऋग्वेद इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.14) — ‹*Rg-veda*›: Spune că fonemul A, fonemul U, fonemul M și *nāda* au natura celor patru *Veda*.

अकारो भगवान्ब्रह्मा तथोकारो हरिः स्वयम्।
मकारो भगवान्रुद्रस्तथा नादस्तु कारणम्॥
Fonemul A este venerabilul Brahmā,
La fel, fonemul U este însuși Hari,
Fonemul M este venerabilul Rudra,
La fel, *nāda* este cauza (*kāraṇa*).

[१]०त्रयात्मका॥ [२]वाच्यप्रपञ्चस्य॥ [३]परिकल्पितत्वात्प्राणवाच्य०॥ [४]प(रः/रं) स्मृतः॥ [५]यजुरेव च॥ [६]०आत्मकत्वमामाह॥

1 *Gk* 1.26ab & 27cd.

विद्यारण्य — तेषामेव ब्रह्मविष्णुरुद्रतत्कारणात्मकतामाह – अकार इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.15) — ‹Fonemul a›: Spune că natura acestora este chiar Brahmā, Viṣṇu, Rudra și cauza (*kāraṇa*) acestora.

> अग्नयश्च तथा लोका अवस्थावसथास्त्रयः।
> उदात्तादिस्वराः कालाश्चैते वर्णत्रयात्मकाः॥
> Cele trei focuri (*agni*) și, de asemenea, lumi (*loka*),
> Stări (*avasthā*), lăcașuri (*āvasatha*),
> Accente (*svara*) precum acut/ridicat (*udātta*) etc. și timpuri (*kāla*) –
> Acestea au natura celor trei foneme (*varṇa*).

विद्यारण्य — तेषामेव गार्हपत्यदक्षिणाहवनीयसंवर्तकाग्निरूपात्मकतामाह[1] – अग्नय इति। लोका इति। तु पृथिव्यन्तरिक्षद्युसोमलोकात्मकतां दर्शयति। अवस्था इति। जाग्रत्स्वप्नसुषुप्ततुरीयात्मकतामाह[2]। आवसथा इति। नाभिहृदयकण्ठमूर्धात्मकतामाह। त्रय इति। संवर्तकादीनां चतुर्थानामप्युपलक्षणम्। उदात्तादीति। उदात्तानुदात्तस्वरितैकश्रुत्यात्मकतामाह। काला इति। भूतभविष्यद्वर्तमानसाधारणकालतामाह। वर्णत्रयेति। नादस्याप्युपलक्षणम्। ऋग्वेदाद्यात्मकता चाकारादीनां श्रूयते – तस्य ह वै प्रणवस्य या पूर्वा मात्रा पृथिव्यकारः स ऋग्भिर्ऋग्वेदो ब्रह्मा वसवो गायत्री गार्हपत्यः [स साम्नः प्रथमः पादो भवति]। द्वितीयाऽन्तरिक्षं स उकारः स यजुर्भिर्यजुर्वेदो [3]विष्णुरुद्रास्त्रिष्टुब्दक्षिणाग्निः [स साम्नो द्वितीयः पादो भवति]। तृतीया द्यौः स मकारः स सामभिः सामवेदो रुद्रा[4] आदित्या जगत्याहवनीयः [स साम्नस्तृतीयः पादो भवति।] याऽवसानेऽस्य चतुर्थ्यर्धमात्रा सा सोमलोक ॐकारः [5]सोऽथर्वणैर्मन्त्रैरथर्ववेदः संवर्तकोऽग्निर्मरुतो विराडेकऋषिः [भास्वती स्मृता सा साम्नश्चतुर्थः पादो भवति] इति। तथा – जागरिते ब्रह्मा स्वप्ने विष्णुः सुषुप्तौ रुद्रस्तुरीयमक्षरमिति च। तथाऽन्यत्र – नाभिर्हृदयं कण्ठो[6] मूर्धा चेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.16) — ‹Focuri (*agni*)›: Spune că starea de alcătuire a acestor [foneme] este de natura/forma focurilor (*agni*) – [focul] domestic al gospodarului (*gārhapatya*), [focul] „sudic” (*dakṣiṇa*), [focul estic] sacrificial (*āhavanīya*) și [focul] care distruge lumea (*saṁvartaka*).

‹Lumi (*loka*)›: arată însă starea de alcătuire [a acestor foneme] ca fiind – [lumea] pământească (*pṛthivī*), [lumea] intermediară (*antarikṣa*), [lumea] cerească/raiul (*dyu*) și [lumea] lunară (*soma*).

‹Stări (*avasthā*)›: Spune, de asemenea, despre starea de alcătuire [a acestor foneme] ca fiind – starea de veghe (*jāgrat*), starea de vis (*svapna*), starea de somn profund (*suṣupta*) și cea de-a patra stare (*turīya*).

‹Lăcașuri (*āvasatha*)›: Spune despre starea de alcătuire [a acestor foneme] ca fiind – ombilicul (*nābhi*), inima (*hṛdaya*), gâtul (*kaṇṭha*) și capul (*mūrdhan*).

‹Cele trei›: indică implicit (*upalakṣaṇa*), desigur, cele patru începând cu [focul] care distruge lumea (*saṁvartaka*) etc.

‹Precum ridicat (*udātta*) etc.›: Spune despre starea de alcătuire [a acestor foneme] ca fiind – [accent] ridicat (*udātta*), [accent] ne-ridicat (*anudātta*), [accent] circumflex (*svarita*) și [accent] monoton (*ekaśruti*).

‹Timpuri (*kāla*)›: Spune despre temporalitatea (*kālatā*) [alcătuită din timpul] trecut (*bhūta*), [timpul] viitor (*bhaviṣyat*), [timpul] prezent (*vartamāna*) și [timpul] universal (*sādhāraṇa*).

---

[1] ०रूपकतामाह॥ [2] ०तुर्यात्मकतामाह॥ [3] विष्णू। विष्णुः॥ [4] रुद्रः॥ [5] साऽऽथर्वणैः॥ [6] कण्ठम्। ०कण्ठम्। कण्ठ०॥

‹Trei foneme (*varṇa*)›: indică implicit (*upalakṣaṇa*), desigur, şi *nāda*. Iar alcătuirea *Rg-vedei* etc. se aude că este a fonemelor A etc. –

> Cu adevărat această primă *mora* (*mātrā*) a acestei *praṇava* este fonemul A: [lumea] pământească (*pṛthivī*), [acesta] este prin imnuri (*ṛc*) *Rg-veda*, Brahmā, [zeităţile] Vasu, [metrul] Gāyatrī (3×8 silabe), [focul] domestic al gospodarului (*gārhapatya*) [– acesta este primul vers al unui catren din *Sāma-veda*].
>
> A doua [*mora* (*mātrā*)] este acest fonem U: [lumea] intermediară (*antarikṣa*), acesta este prin formulele sacrificiale (*yajus*) *Yajur-veda*, Viṣṇu, [zeităţile] Rudra, [metrul] Triṣṭubh (4×11 silabe), focul sudic (*dakṣiṇa-agni*) [– acesta este al doilea vers al unui catren din *Sāma-veda*].
>
> A treia [*mora* (*mātrā*)] este acest fonem M: [lumea] cerească/raiul (*dyu*), acesta este prin cânturi (*sāman*) *Sāma-veda*, [zeităţile] Rudra şi Āditya, [metrul] Jagatī (4×12 silabe), [focul estic] sacrificial (*āhavanīya*) [– acesta este al treilea vers al unui catren din *Sāma-veda*].
>
> A patra, la final, este această jumătate de *mora* (*mātrā*) a acestuia, aceasta fiind silaba OṂ: [lumea] lunară (*soma*), aceasta este prin formulele (*mantra*) preoţilor (*atharvan*) *Atharva-veda*, focul care distruge lumea (*saṁvartaka*), [zeităţile] Marut, [metrul] Virāj (4×10 silabe), [focul] Ekarṣi, considerat a fi oraşul soarelui (*bhāsvatī*) [– acesta este al patrulea vers al unui catren din *Sāma-veda*].[1]

Sau –

> În starea de veghe (*jāgarita*) Brahmā, în starea de vis (*svapna*) Viṣṇu, în starea de somn profund (*suṣupta*) Rudra, iar cea de a patra [stare] este ne-pieritorul/silaba OṂ (*akṣara*).[2]

Sau, în altă parte –

> Ombilicul (*nābhi*), inima (*hṛdaya*), gâtul (*kaṇṭha*) şi capul (*mūrdhan*).[3]

इति ज्ञात्वा पुनः सर्वमक्षरत्रयमात्रतः।
विलाप्याकारमद्वंद्वमुकाराख्ये विलापयेत्॥
Cunoscând astfel, iar apoi dizolvând totul
Doar prin/în cele trei foneme (*akṣara*),
Trebuie să dizolve ne-dualul fonem A
În ceea ce este numit ca fiind fonemul U,

उकारं च मकाराख्ये महानादे मकारकम्।
तथा मायात्मना नादं मायां जीवात्मरूपतः॥
Iar fonemul U în ceea ce este numit ca fiind fonemul M,
Fonemul M în *mahā-nāda*,

1 *NṢptU* II.2.
2 *BU* 1.
3 *BU* 1.

Tot aștfel *nāda* prin faptul de a fi de natura iluziei (*māyā*),
Iar iluzia (*māyā*) prin faptul de a fi de natura sinelui individual (*jīva-ātman*).

जीवमीश्वरभावेन विद्यात्सोऽहमिति ध्रुवम्।
एषा बुद्धिश्च विद्वद्भिः समाधिरिति कीर्तिता॥]
यथा फेनतरङ्गादि समुद्रादुत्थितं पुनः॥६॥

6. Trebuie să-l cunoască pe *jīva* ca fiind de natura lui Īśvara,
Cu certitudine fiind „acela sunt eu" (*so'ham*) –
Această cunoaștere/trezvie (*buddhi*)
Este numită „contemplare" (*samādhi*) de către cei cu știință.]
Așa cum șpuma, valurile etc.,
Care apar neîncetat din ocean,

विद्यारण्य — उक्तरूपोपेतमकारं तथाविध उकारे तं च तथाविधे मकारे तं नादे तं मायायां तां च तदुपाधिके जीवे तं च परमात्मनैकीकृत्य तद्रूपेणावतिष्ठत इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.17-20) — Fonemul a, înzestrat fiind cu natura/forma (*rūpa*) menționată, [trebuie dizolvat] în fonemul u care este de același fel, iar pe acesta în fonemul m care este de același fel, pe acesta în *nāda*, pe aceasta în iluzie (*māyā*), iar pe aceasta în acel [sine] individual (*jīva*) care o depășește pe aceasta (*tad-upādhika*), iar pe acesta unindu-l întru supremul sine (*parama-ātman*) rămâne stabilit prin natura (*tad-rūpa*) acestuia – aștfel este înțelesul.

समुद्रे लीयते तद्वज्जगन्मय्यनुलीयते[१]।
तस्मान्मनः[२] पृथङ्नास्ति जगन्माया च नास्ति हि[३]।
[इति बुद्धिः समाधिः स्यात्समाधिरिति हि श्रुतिः]॥७॥

7. Se dizolvă apoi tot în ocean,
Tot aștfel și lumea (*jagat*) se dizolvă în mine –
De aceea mintea (*manas*) nu există în mod separat [față de mine],
Și nici iluzia lumii (*jagat*) nu există [în mod separat față de mine] –
Aștfel, această cunoaștere/trezvie (*buddhi*) ar fi contemplarea (*samādhi*),
Căci scriptura (*śruti*) [șpune] „este contemplare (*samādhi*)".

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — यस्मादेवं तस्मान्मनः मत्तः पृथङ्नास्ति॥

Upaniṣadbrahmayogin — Tot aștfel fiind, deoarece mintea (*manas*) nu există în mod separat față de mine.

विद्यारण्य — इति हि श्रुतिरिति। इदं सर्वं यदयमात्मा इति हि श्रूयते॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.21) — ‹Căci scriptura (*śruti*)›: aștfel se aude –

> Toate acestea sunt doar acest sine (*ātman*).[1]

[१] मय्येव लीयते॥ [२] मत्तः॥ [३] सर्वदा॥

1 *BāU* ii.4.6 & iv.5.7.

यस्यैवं परमात्माऽयं प्रत्यग्भूतः प्रकाशितः।
स तु याति [1]च पुंभावं स्वयं[2] साक्षात्परामृतम्॥८॥

8. Cel pentru care acest suprem sine (*parama-ātman*)
Este manifestat în mod real în interior,
Acela dobândește prin sine și în mod direct
Starea de spirit (*puṁs*) – suprema ne-murire (*parāmṛta*).

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — प्रत्यक्परचितोरेकत्वात्स्वयमित्यादि। स्वातिरिक्तप्रपञ्चे मायामात्रपदं गते स्वयमेव निष्प्रतियोगिकब्रह्ममात्रमवशिष्यते इति दर्शनोपनिषत्फलितोऽर्थः॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Prin sine› etc.: din starea de unitate (*ekatva*) a conștiinței (*cit*) interioare (*pratyañc*) cu cea supremă (*para*). Atunci când se află în manifestarea (*prapañca*) care este diferită de sine, [rămâne] doar starea de iluzie (*māyā*); cu adevărat prin sine rămâne doar *bráhman* fără de substrat/corespondent (*niṣpratiyogika*) – aceasta este sensul/scopul (*artha*) ca rezultat al învățăturii (*upaniṣad*) despre doctrina (*darśana*) [Yoga].

विद्यारण्य — उक्तसमाधिनिष्ठस्य फलमाह – यस्यैवमिति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.22) — ‹Cel pentru care›: spune despre rezultatul celui stabilit în contemplarea (*samādhi*) menționată.

यदा मनसि चैतन्यं भाति सर्वत्रगं सदा।
योगिनोऽव्यवधानेन तदा संपद्यते स्वयम्॥९॥

9. Când în minte (*manas*) străluceste necontenit
Atot-prezenta conștiință (*caitanya*),
Pentru yogin atunci este dobândită prin/în sine
Starea de ne-separare [față de *bráhman*].

विद्यारण्य — योगिन इति। व्यवधायकस्याज्ञानस्य निरासात्स्वयं ब्रह्म संपद्यत इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.23) — ‹Pentru yogin›: prin excluderea/abandonarea ne-cunoașterii (*ajñāna*) care produce separarea/ocultarea (*vyavadhāyaka*) [acestuia] dobândește pe deplin [deoființarea cu] *bráhman* – astfel este înțelesul.

यदा सर्वाणि भूतानि स्वात्मन्येव हि पश्यति[3]।
सर्वभूतेषु चाऽऽत्मानं ब्रह्म संपद्यते तदा॥१०॥

10. Când vede cu adevărat toate ființele
Doar în propriul său sine (*ātman*),
Iar sinele (*ātman*) în toate ființele –
Atunci obține [deoființa cu] *bráhman*.

यदा सर्वाणि भूतानि समाधिस्थो न पश्यति।
एकीभूतः परेणाऽसौ तदा भवति केवलः॥११॥

11. Când cel aflat în contemplare (*samādhi*)
Nu vede nici o ființă,

[1]सपुम्। स्वपुम्॥ [2]याति परमं भावं स्वकम्॥ [3]अभिपश्यति॥

Aceşta fiinţând unul cu supremul (*para*) –
Atunci devine „singurul" (*kevala*).

यदा सर्वे प्रमुच्यन्ते कामा येऽस्य हृदि स्थिताः।
तदाऽसावमृतीभूतः[१] क्षेमं गच्छति पण्डितः॥
Atunci când toate acele dorinţe (*kāma*)
Care se află în inima (*hṛd*) aceştuia sunt eliberate,
Atunci acel învăţat (*paṇḍita*), devenit[1] ne-muritor (*amṛta*),
Merge întru[2] pacea/eliberarea supremă (*kṣema*).

विद्यारण्य — यदा सर्व इति। तज्ज्ञानेनाज्ञाननिरासात्तत्कार्यनिवृत्तौ योऽकामो निष्काम आप्तकाम आत्मकामो न तस्य प्राणा उत्कामन्त्यत्रैव समवनीयन्ते[२] ब्रह्मैव सन्ब्रह्माप्येतीति श्रुत्युक्तं ब्रह्म संपद्यत इत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.26) — ‹Atunci când toate›: atunci când încetează efectele aceşteia (*i.e. māyā*) prin cunoaşterea (*jñāna*) aceştuia, datorită excluderii/abandonării ne-cunoaşterii (*ajñāna*); aştfel este menţionat în scriptură (*śruti*) [cum] este realizat *bráhman* –

> Cel care este ne-doritor (*akāma*), cel care este fără de dorinţe (*niṣkāma*), cel care este cu dorinţele împlinite (*āpta-kāma*), cel care doreşte doar sinele (*ātma-kāma*) – suflurile (*prāṇa*) aceştuia nu părăsesc [trupul],[3] curg/vin împreună chiar aici.[4]
>
> Fiind cu adevărat *bráhman*, dobândeşte [deofiinţa cu] *bráhman*.[5]

– aştfel este înţelesul.

यदा भूतपृथग्भावमेकस्थमनुपश्यति।
तत एव च विस्तारं ब्रह्म संपद्यते तदा॥
Atunci când percepe ştarea de separare a elementelor (*bhūta*)
Ca aflându-se într-unul (*eka-stha*),
Atunci, chiar din acest motiv,
Dobândeşte [deofiinţa cu] *bráhman* extins/manifest.

विद्यारण्य — यदा भूतेति। भूतानां पृथिव्यादीनां यः पृथग्भावो भेदः स सर्व एकस्मिन्नेव ब्रह्मणि प्रलयदशायां तादात्म्येन स्थित्वा[३] पुनः सृष्टौ तत एव विस्तारं प्रतिपद्यत इति यः पश्यति स ब्रह्म संपद्यत इत्यर्थः। श्रुतिपुराणयोरयं समानः पाठः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.27) — ‹Atunci când ... fiinţelor›: această ştare de separare a elementelor, precum pământul (*pṛthivī*) etc., este dualitatea (*bheda*). Tot acest întreg, aflându-se prin identificare (*tādātmya*) în ştarea de completă dizolvare (*pralaya*) chiar în *bráhman*, unul, redevine expandat/manifest (*viśtāra*), chiar din acela, în momentul creaţiei (*sṛṣṭi*). Prin urmare, cel care vede aştfel, acela dobândeşte [deofiinţa cu] *bráhman* – aceşta este înţelesul. Această lectură este aceeaşi în scripturi (*śruti*) şi în *Purāṇa*.

१०भूत्वा। ०भावः॥ २समवलीयन्ते॥ ३स्थितः॥

1 Var. n. १: „devenind".
2 Var.: „dobândeşte".
3 Cf. *BāU* iv.4.6.
4 Cf. *BāU* iii.2.11.
5 Cf. *BāU* iv.4.6.

यदा पश्यति चाऽऽत्मानं केवलं परमार्थतः ।
मायामात्रं जगत्कृत्स्नं तदा भवति निर्वृतिः[१] ॥ १२ ॥

12. Când vede sinele (*ātman*) ca fiind „singurul” (*kevala*)
Din perspectiva adevărului suprem (*paramārtha*),
Iar întreaga lume (*jagat*) doar iluzie (*māyā*) –
Atunci devine beatitudinea supremă (*nirvṛti*).

विद्यारण्य — निर्वृतस्तृप्तो मुक्त इत्यर्थः ॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.28) — Fără de griji (*nirvṛta*), împlinit (*tṛpta*), izbăvit (*mukta*) – astfel este înțelesul.

यदा जन्मजरादुःखव्याधीनामेकभेषजम् ।
केवलं ब्रह्मविज्ञानं जायतेऽसौ[२] तदा शिवः ॥
Atunci când ia naștere doar deplina cunoaștere a lui *bráhman*,
Unicul remediu pentru naștere (*janman*),
Bătrânețe (*jarā*), suferință (*duḥkha*) și boală (*vyādhi*) –
Atunci acela este „Cel auspicios” (Śiva).

तस्माद्विज्ञानतो मुक्तिर्नान्यथा कर्मकोटिभिः ।
कर्मसाध्यस्य नित्यत्वं न सिध्यति कदाचन ॥
De aceea izbăvirea (*mukti*) este din deplina cunoaștere (*vijñāna*),
Nu altfel, prin zeci de milioane de acțiuni/ritualuri (*karman*).
Starea de permanență (*nityatva*) a ceea ce trebuie împlinit prin acțiune/ritual
Nu este desăvârșită niciodată.

ज्ञानं [३]वेदान्तविज्ञानमज्ञानमितरन्मुने ।
अहो ज्ञानस्य माहात्म्यं मया वक्तुं न शक्यते ॥
O, înțeleptule! Cunoașterea este deplina cunoaștere a Vedāntei,
Orice altceva este ne-cunoaștere (*ajñāna*).
O! Măreția cunoașterii (*jñāna*)
Nu poate fi spusă de către mine.

अत्यल्पोऽपि यथा वह्निः[४] सुमहन्नाशयेत्तमः ।
ज्ञानाभ्यासस्तथाऽल्पोऽपि महत्पापं विनाशयेत्[५] ॥
Așa cum un foc, chiar foarte mic,[1]
Distruge un întuneric (*tamas*) foarte mare,
Tot astfel și practica repetată a cunoașterii, chiar foarte puțină,
Distruge pe deplin un mare păcat (*pāpa*).

[१]निर्वृतः ॥ [२]अस्मै ॥ [३]वेदान्तज्ञानं विज्ञानम् ॥ [४]दीपः ॥ [५]व्यपोहति ॥

1 Var. n. ४: „Așa cum o lampă, chiar foarte mică”.

यथा वह्निर्महादीप्तः शुष्कमार्द्रं च निर्दहेत्।
तथा शुभाशुभं कर्म ज्ञानाग्निर्दहति क्षणात्॥
Aşa cum focul foarte puternic/ştrălucitor
Mişţuie pe deplin atât ceea ce eşte uscat cât şi ceea ce eşte umed,
Tot aştfel focul cunoaşterii
Arde într-o clipă [fructele] acţiunilor pure|ne-pure (*śubha*|*aśubha*).

विद्यारण्य — शुष्कमार्द्रं चेति। परस्परविरोधिनोः शुभाशुभयोरेकरूपेण ज्ञानेन दाहे निदर्शनम्॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.33) — ‹Atât ceea ce eşte uscat cât şi ceea ce eşte umed›: exemplificarea prin ardere – prin cunoaşterea (*jñāna*) care eşte de o singură natură (*eka-rūpa*) a purităţii|ne-purităţii (*śubha*|*aśubha*) care sunt reciproc opuse.

यथा मन्त्रबलोपेतः क्रीडन्सर्पैर्न दश्यते।
क्रीडन्न लिप्यते ज्ञानी तद्वदिन्द्रियपन्नगैः॥
Aşa cum cel înzeştrat cu puterea *mantra*-ei
Jucându-se cu şerpii nu eşte muşcat,
Tot aştfel cel înzeştrat cu cunoaştere (*jñānin*)
Jucându-se cu şerpii-simţuri nu eşte afectat.

पद्मपत्रं यथा तोयैः स्वस्थैरपि न लिप्यते।
तथा शब्दादिभिर्ज्ञानी विषयैर्न हि लिप्यते॥
Aşa cum frunza de lotus
Nu eşte atinsă/umezită de apele care ştau pe ea,
Tot aştfel cel înzeştrat cu cunoaştere (*jñānin*)
Nu eşte atins de obiectele simţurilor (*viṣaya*) precum sunetul (*śabda*) etc.

मन्त्रौषधिबलैर्यद्वज्जीर्यते भक्षितं विषम्।
तद्वत्सर्वाणि पापानि जीर्यन्ते ज्ञानिनः क्षणात्॥
Aşa cum prin puterea *mantra*-elor şi a remedilor (*auṣadhi*)
Otrava ingerată eşte mişţuită,
Tot aştfel toate păcatele celui înzeştrat cu cunoaştere (*jñānin*)
Într-o clipită sunt mişţuite.

पश्यञ्शृण्वन्स्पृशञ्जिघ्रन्नश्नन्गच्छन्स्वपञ्श्वसन्[1]।
प्रलपन्विसृजन्गृह्णन्निन्मिषन्निमिषन्नपि॥
Văzând, auzind, atingând, mirosind,
Mâncând, mergând, dormind, reşpirând,
Pălăvrăgind, excretând, apucând,
Deschizând şi închizând [ochii],

अकर्ताऽहमभोक्ताऽहमसङ्गः परमेश्वरः।
सदा मत्संनिधानेन चेष्टते सर्वमिन्द्रियम्॥
Eu sunt ne-făptuitor (*akartṛ*), eu sunt ne-experimentator (*abhoktṛ*),
Eu sunt ne-ataşat (*asaṅga*), [eu sunt] supremul Domn (*parameśvara*).

[1] यच्छन्॥

Întotdeauna prin prezența mea
Mișcă toate instrumentele (*indriya*)[1].

इति विज्ञानसंपन्नः सङ्गं त्यक्त्वा करोति यः।
लिप्यते न स पापेन पद्मपत्रमिवाम्भसा॥
Astfel, cel înzestrat cu deplina cunoaștere (*vijñāna*)
Acționează abandonând atașamentul (*saṅga*),
Acesta fiind ne-atins de către păcat (*pāpa*),
Aidoma frunzei de lotus de către apă.

ये द्विषन्ति महात्मानं ज्ञानवन्तं नराधमाः।
पच्यन्ते रौरवे कल्पमेकान्ते नरके सदा॥
Cei mai josnici dintre oameni
Care urăsc marile suflete (*mahātman*) înzestrate cu cunoaștere (*jñānavat*)
Sunt mistuiți întotdeauna într-un loc solitar,
În iadul Raurava, vreme de o *kalpa*.

दुर्वृत्तो वा सुवृत्तो वा मूर्खः पण्डित एव वा।
ज्ञानाभ्यासपरः पूज्यः किं पुनर्ज्ञानवान्नरः॥
Cu o conduită rea sau cu o conduită bună,
Prost sau cu adevărat învățat,
Cel dedicat practicii cunoașterii este de venerat,
Cu atât mai mult omul înzestrat cu cunoaștere.

विद्यारण्य — ज्ञानाभ्यासपर इति। ज्ञानसाधनयोगाङ्गयमाद्यभ्यासवानपि पूज्यः किं पुनर्ज्ञानीत्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.40) — ‹Cel dedicat practicii cunoașterii›: chiar și cel care este înzestrat cu practica părților Yoga, precum regulile obligatorii (*yama*) etc., este de venerat, cu atât mai mult cel înzestrat cu cunoaștere (*jñānin*) – astfel este înțelesul.

निरपेक्षं मुनिं शान्तं निर्वैरं समदर्शिनम्[१]।
अनुव्रजाम्यहं नित्यं [२]पूयेयेत्यङ्घ्रिरेणुभिः॥
Pe înțeleptul fără de dorințe (*nirapekṣa*), liniștit (*śānta*),
Fără de dușmănie (*nirvaira*), deopotrivă privitor (*samadarśin*)
Eu îl urmez/onorez de-a pururi,
Pentru a mă putea purifica prin praful picioarelor [sale].[2]

विद्यारण्य — निरपेक्षमिति। विवेकविज्ञानातिरिक्तस्य निष्फलत्वावधारणाद्विवेकविज्ञानस्य [३]प्राप्तत्वात्कंचिदप्यपेक्षारहितमित्यर्थः। समदर्शिनमिति। तथाच भगवतोक्तम् – सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु। साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यत इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.41) — ‹Pe înțeleptul fără de dorințe (*nirapekṣa*)›: devine lipsit de dorințe/așteptări (*apekṣā*) pentru orișice, câtuși de puțin, datorită precisei determinări

[१]समदर्शनम्॥ [२]पूजय॥ [३]क्वचिद्॥

1 Cele cinci instrumente de cunoaștere (*jñāna-indriya*) și cele cinci instrumente de acțiune (*karma-indriya*).

2 Var. n. २: „Venerează-l prin praful picioarelor [sale]!”

a stării fără de părți (*niṣkalatva*) a ceea ce rămâne după/dincolo de deplina cunoaștere discriminativă (*viveka-vijñāna*), în urma stării de dobândire a deplinei cunoașteri discriminative (*viveka-vijñāna*) – astfel este înțelesul.

‹Deopotrivă privitor (*samadarśin*)›: și tot astfel a fost spus de către Domnul (*bhagavat*) –

> Aflat între binevoitori (*suhṛt*), prieteni (*mitra*), dușmani (*ari*),
> Cei detașați (*udāsīna*), neutri (*madhyastha*), oameni de ocară (*dveṣya*),
> Rude (*bandhu*), virtuoși (*sādhu*) sau păcătoși (*pāpa*) –
> Cel deopotrivă în spirit (*samabuddhi*) se deosebește [de ceilalți oameni].[1]

यथा राजा जनैः सर्वैः पूज्यते मुनिसत्तम।
तथा ज्ञानी सदा देवैर्मुनिभिः पूज्य एव हि॥
O, cel mai bun dintre înțelepți! Așa cum regele
Este venerat de toți oamenii,
Tot astfel și cel ce posedă cunoașterea (*jñānin*)
Este întotdeauna de venerat de către zei și înțelepți.

यस्य गेहं समुद्दिश्य ज्ञानी गच्छति सुव्रत।
तस्य क्रीडन्ति पितरो यास्यामः परमां गतिम्॥
O, preavirtuosule! Indicând-o pe deplin,
Cel ce posedă cunoașterea (*jñānin*) merge către casa sa;
Strămoșii (*pitṛ*) acestuia jubilează:
„O să mergem către suprema destinație/stare”.

यस्यानुभवपर्यन्ता बुद्धिस्तत्त्वे प्रवर्तते।
तद्दृष्टिगोचराः सर्वे मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषैः॥
Intelectul/trezvia (*buddhi*) se desfășoară în realitate/categorii (*tattva*)
Până la finele percepției directe (*anubhava-paryantā*) a acestuia –
Toți cei care se află în aria vederii acestuia
Sunt izbăviți de toate păcatele (*kilbiṣa*),

कुलं पवित्रं जननी कृतार्था विश्वंभरा पुण्यवती च तेन।
अपारसच्चित्सुखसागरे सदा विलीयते यस्य मनःप्रचारः[१]॥
Familia este purificată, mama este mulțumită (*kṛta-artha*),
Iar prin acesta pământul (*viśvambharā*) devine virtuos/binecuvântat.
A cărui rătăcire a minții se dizolvă mereu[2]
În oceanul ne-țărmurit al ființei-conștiinței-beatitudinii (*sat-cit-sukha*).

---

[१] अस्मिल्लीनं परे ब्रह्मणि यस्य चेतः॥

1 *BhG* VI.9.

2 Var. n. १: „A cărei inimă/minte (*cetas*) se dizolvă în acest suprem *bráhman*”.

महात्मनो ज्ञानवतः प्रदर्शनात्सुरेश्वरत्वं झटिति प्रयाति।
[1]विहाय संसारमहोदधौ नरा रमन्ति ते पापबलादहो मुने॥
Prin [simpla] înfăţişare a sufletului mare (*mahātman*) ce posedă cunoaşterea
Ajunge într-o clipită la ştarea de domn al zeilor (*sureśvaratva*),
O, înţeleptule! Ignorând [aceaşta,] din cauza puterii păcatului (*pāpa*),
Acei oameni se bucură/rămân în marele ocean al *saṁsāra*-ei.

विचारण्य — महात्मन इति। श्रूयते हि मुण्डकोपनिषदि – यं यं लोकं मनसा संविभाति विशुद्धसत्त्वः कामयते यांश्च कामान्। तं तं लोकं जयते तांश्च कामांस्तस्मादात्मज्ञं ह्यर्चयेद्भूतिकामः इति। इत्थं सकलश्रेयोमूलस्य तस्य परित्यागेनान्यत्र प्रवृत्तिः संचितदुरितैकहेतुकेत्याह – विहायेति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.43) — ‹A sufletului mare (*mahātman*)›: aştfel eşte auzit în *Muṇḍaka-upaniṣad* –

> Orice lume (*loka*) vizualizează/proiectează cu mintea (*manas*) şi
> Orice dorinţe (*kāma*) doreşte cel cu fiinţa pe deplin purificată (*viśuddha-sattva*),
> Acea lume şi acele dorinţe dobândeşte – de aceea, cel ce doreşte prosperitatea[1]
> Trebuie cu adevărat să-l venereze pe cunoscătorul sinelui (*ātma-jña*).[2]

‹Ignorând›: şpune aştfel că efortul/angajarea (*pravṛtti*) depusă în altă parte, prin deplina abandonare a celui care eşte rădăcina întregului bine suprem (*sakala-śreyas*), eşte singura cauză a păcatului (*durita*) acumulat.

महानिधिं प्राप्य विहाय तं वृथा विचेष्टते मोहबलेन बालकः।
यथा तथा ज्ञानिनमीश्वरेश्वरं विहाय मोहेन चरन्ति मानवाः॥
Dobândind o mare comoară[, dar] ignorând-o pe aceaşta
Din cauza puterii confuziei (*moha*), copilul în zadar se ştrăduie/zbate.
Tot aştfel, ignorându-l pe cunoscător (*jñānin*), Domnul domnilor,
Din cauza confuziei (*moha*), oamenii rătăcesc/continuă să fie [în *saṁsāra*].

अहो महान्तं परमार्थदर्शिनं विहाय मायापरिमोहिता नराः।
हिताय लोके विचरन्ति ते मुने विषं पिबन्त्येव महामृतं विना॥
Acei oameni complet confuzi din cauza iluziei (*māyā*),
Ignorându-l pe cel mare, pe văzătorul adevărului suprem (*paramārtha*),
O, înţeleptule! Rătăcesc prin lume [şi]
Beau doar otrava (*viṣa*), lipsiţi fiind de marele nectar (*mahāmṛta*).

बहुनोक्तेन किं सर्वं संग्रहेणोपपादितम्।
श्रद्धया गुरुभक्त्या त्वं विद्धि वेदान्तसंग्रहम्॥
Pentru ce ar fi de şpus mai mult?
Totul a foşt prezentat/demonştrat succint/complet.
Prin credinţă (*śraddhā*) şi devoţiune întru maeştru (*guru-bhakti*)
Cunoaşte totalitatea/compendiul [învăţăturilor] *Vedānta*!

[1]विहार०॥

1 Var.: „puteri paranormale (*bhūti*)”.
2 *MuU* iii.1.10.

यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ।
तस्यैते कथिता ह्यर्थाः प्रकाशन्ते न संशयः॥
Pentru cel a cărui devoțiune (*bhakti*) întru divinitate (*deva*) este supremă,
Și așa cum este întru divinitate este și întru maestru (*guru*),
Pentru acesta acestе înțelesuri (*artha*) expuse
Devin manifeste, nu există îndoială [aici].

विचारण्य — गुरुभक्तेस्तत्र कारणत्वे श्वेताश्वतरश्रुतिमुदाहरति – यस्य देव इति॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.50) — ‹Pentru cel ... întru divinitate (*deva*)›: citează scriptura *Śvetāśvatara* în privința stării de cauzalitate aici a devoțiunii întru maestru (*guru-bhakti*).

इत्येवमुक्त्वा भगवांस्तूष्णीमास्ते महेश्वरः।
वक्तव्याभावमालोक्य मुनयः करुणानिधिः॥
Vorbind astfel venerabilul (*bhagavat*)
Marele domn (*maheśvara*) rămâne în tăcere (*tūṣṇīm*).
Văzând ne-existența a ceea ce ar mai trebui spus,
Înțelepții devin oceanul/receptaculul compasiunii (*karuṇā-nidhi*).

बृहस्पतिश्च मुनयो वेदान्तश्रवणात्पुनः।
आनन्दाक्लिन्नसर्वाङ्ग आत्मानन्दवशोऽभवत्॥
Prin ascultarea din nou a [învățăturilor] *Vedānta*,
Bṛhaspati și înțelepții
Cu toate membrele înmuiate în[1] beatitudine (*ānanda*),
Fiind sub stăpânirea/copleșirea beatitudinii sinelui (*ātma-ānanda*).

भवन्तोऽपि महाप्राज्ञा मत्तःप्राप्तात्मवेदनाः।
अभवन्कृतकृत्याश्च मा शंकध्वं[2] कदाचन॥
De asemenea, venerabilii mari înțelepți (*mahāprājña*)
Au dobândit de la mine percepția/cunoașterea de sine (*ātma-vedana*)
Și astfel au împlinit ceea ce trebuia îndeplinit (*kṛta-kṛtya*) –
Să nu vă îndoiți câtuși de puțin!

स्थापयध्वमिमं मार्गं प्रयत्नेनापि हे द्विजाः।
स्थापिते वैदिके मार्गे सकलं सुस्थितं[2] भवेत्॥
O, voi cei de două ori născuți (*dvija*)!
Stabiliți această cale chiar și cu efort!
Atunci când drumul prescris de *Veda* este stabilit
Totul devine bine-întemeiat/ferm.

[1] शंकिध्वम्॥ [2] सुस्थिरम्॥

1 Var.: „ude de”.

यो हि स्थापयितुं शक्तो न कुर्यान्मोहतो नरः।
तस्य हन्ता न पापीयानिति वेदान्तनिर्णयः॥
Acel om care este capabil a ștabili [această cale]
Dar nu o poate face din cauza confuziei (*moha*),
Ucigașul acestuia nu este mai păcătos (*pāpīyas*) –
Astfel este verdictul [scripturilor] *Vedānta*.

विद्यारण्य — कृतकृत्यस्य किं स्थापनप्रवृत्त्याऽपीत्यत आह – यो हि स्थापयितुमिति। स्वयं कृतकृत्येनापि परमकारुणिकेन शत्रोरपि भवदल्पमप्यनिष्टं न सोढव्यं किमुत सकललोकस्य प्राप्तं विद्यासंप्रदायोच्छेदलक्षणं महत्तरमनिष्टमित्यर्थः॥

Vidyāraṇya (*SūS* xx.55) — ‹Acel ... a ștabili›: dacă ar ști pune „ce [anume folos ar mai avea] prin activitatea/perseverența ștabilirii [acestei căi] pentru cel care a împlinit cele de îndeplinit?” Nu este de tolerat ne-ajunsul/-desirabilul (*aniṣṭa*) din partea dușmanului (*śatru*), chiar și dacă este foarte puțin, chiar și de către cel cu supremă compasiune care a împlinit cele de îndeplinit prin sine însuși, cu atât mai mult cel mai mare ne-ajuns/-desirabil (*aniṣṭa*) caracterizat prin întreruperea tradiției orale (*saṁpradāya*) a științei (*vidyā*) dobândite de întreaga lume – astfel este înțelesul.

यः स्थापयितुमुद्युक्तः श्रद्धयैवाक्षमोऽपि सः।
सर्वपापविनिर्मुक्तः साक्षाज्ज्ञानमवाप्नुयात्॥
Cel care este perseverent/pregătit a ștabili [această cale],
Chiar dacă acesta este ne-putincios, prin credință (*śraddhā*)
Devine pe deplin izbăvit de toate păcatele (*pāpa*)
Și dobândește cunoașterea (*jñāna*) în mod direct.

यः स्वविद्याभिमानेन वेदमार्गप्रवर्तकम्।
छलजात्यादिभिर्जीयात्स महापातकी भवेत्॥
Cel care l-ar învinge din aroganța propriei științe (*vidyā*)
Prin înșelăciune (*chala*), sofisme (*jāti*) etc.
Pe cel care avansează pe/promovează calea *Vedelor*,
Acela devine un mare păcătos.

य इमं ज्ञानयोगाख्यं खण्डं श्रद्धापुरःसरम्।
पठते सुमुहूर्तेषु न स भूयोऽभिजायते॥
Cel care citește într-un moment prielnic
Această secțiune numită Jñāna-yoga,
Precedată fiind de credință (*śraddhā*),
Acesta nu se va naște din nou.

ज्ञानार्थी ज्ञानमाप्नोति सुखार्थी सुखमाप्नुयात्।
वेदकामी लभेद्वेदं विजयार्थी जयं लभेत्॥
Cel care dorește cunoașterea (*jñāna*), cunoaștere dobândește,
Cel care dorește fericirea (*sukha*), fericire dobândește,
Cel care dorește *Veda*, *Veda* obține,
Cel care dorește victoria (*vijaya*), victorie obține,

राज्यकामो लभेद्राज्यं क्षमाकामः क्षमां लभेत्[१] ।
यद्यदिच्छेच्च मनसा तत्तदेव फलं लभेत् ॥
Cel care dorește un regat (*rājya*), regat obține,
Cel care dorește îndurare (*kṣamā*), îndurare obține,[1]
Și astfel orice ar dori cu mintea (*manas*),
Desigur, exact acel rezultat obține.

तस्मात्सर्वेषु कालेषु पठितव्यो मनीषिभिः ।
गुणान्विताय शिष्याय प्रदेयोऽयं प्रयत्नतः ॥
De aceea de către cei înțelepți,
Este de citit/studiat în toate momentele,
Acesta fiind de dăruit cu o foarte mare grijă
Discipolului înzestrat cu calități (*guṇa*).

उपसंहारः
Concluzie

एवमुक्त्वा स भगवान्दत्तात्रेयो महामुनिः ।
सांकृतिः[२] स्वस्वरूपेण सुखमास्ते[३]ऽतिनिर्भयः ॥ १३ ॥ इति ॥
13. Astfel vorbind, acest mare înțelept,
Venerabilul Dattātreya,
Sāṁkṛti rămase fericit (*sukha*) prin/în propria sa natură (*svasvarūpa*),
Fiind pe deplin lipsit de frică (*atinirbhaya*). – Astfel [se încheie]

उपनिषद्ब्रह्मयोगिन् — आख्यायिकामुपसंहरति – एवमिति। इतिशब्दो दर्शनोपनिषत्परिसमाप्त्यर्थः ॥

Upaniṣadbrahmayogin — ‹Astfel›: concluzionează într-o scurtă narațiune. Cuvântul „astfel [se încheie]” (*iti*) înseamnă finalizarea deplină a [scripturii] *Darśana-upaniṣad*.

इति दर्शनोपनिषत्सु दशमः खण्डः ॥
Astfel a fost al zecelea capitol din *Darśana-upaniṣad*

श्रीवासुदेवेन्द्रशिष्योपनिषद्ब्रह्मयोगिना।
दर्शनोपनिषद्व्याख्या लिखिता ब्रह्ममात्रगा।
दर्शनोपनिषद्व्याख्याग्रन्थस्तु द्विशतं स्मृतः ॥
De către Upaniṣadbrahmayogin, discipolul venerabilului Vāsudevendra,
A fost scris comentariul la *Darśana-upaniṣad* cu privire doar la (*bráhman*).
Tratatul și comentariul la *Darśana-upaniṣad* este menționat al două sutălea.

[१] क्षमी भवेत् ॥ [२] सांकृतेः ॥ [३] आस्थे ॥

1 Var. n. १: „îndurător devine”.

इति दर्शनोपनिषत्समाप्ता ॥
इति श्रीमदीशाद्यष्टोत्तरशतोपनिषच्छास्त्रविवरणे नवतिसंख्यापूरकं दर्शनोपनिषद्विवरणं संपूर्णम् ॥

Astfel a fost împlinită *Darśana-upaniṣad*.
Astfel a fost desăvârșit comentariul la *Darśana-upaniṣad*, fiind al nouăzecilea la număr dintre comentariile la scripturile celor 108 *upaniṣad*-e începând cu *Īśa*.

Cuprins

Darśana-upaniṣad

Invocație 1
Cap. I. 3
Aṣṭāṅga-yoga – cauza eficientă a izbăvirii în timpul vieții (*jīvanmukti*) 3
Enumerarea celor opt părți (*aṣṭāṅga*) 4
Cele zece categorii de reguli obligatorii (*yama*) 5
Ne-vătămarea (*ahiṁsā*) 5
Adevărul (*satya*) 8
Ne-furtul (*aśteya*) 9
Castitatea (*brahmacarya*) 10
Compasiunea (*dayā*) 11
Dreapta purtare (*ārjava*) 11
Calmul (*kṣamā*) 12
Hotărârea (*dhṛti*) 12
Puritatea (*śauca*) 14
Metoda perceperii sinelui (*ātman*) ca fiind *bráhman* 15
Cap. II. 17
Cele zece categorii de reguli conjuncturale (*niyama*) 17
Asceza (*tapas*) 17
Mulțumirea (*saṁtoṣa*) 18
Afirmarea [credinței] (*āstikya*) 19
Dăruirea (*dāna*) 19
Adorarea Domnului (*īśvara-pūjana*) 20
Ascultarea doctrinei (*siddhānta-śravaṇa*) 20
Sfioșenia (*hrī*) 21
Credința (*mati*) 21
Rugăciunea (*japa*) 22
Legământul (*vrata*) 24
Cap. III. 28
Cele nouă poturi (*āsana*) 28
Postura prosperității (*svastika-āsana*) 28
Postura față de vacă (*gomukha-āsana*) 29
Postura lotusului (*padma-āsana*) 29
Postura eroului (*vīra-āsana*) 30
Postura leului (*siṁha-āsana*) 30
Postura auspicioasă (*bhadra-āsana*) 31

Poștura eliberatului (*mukta-āsana*) 32
Poștura păunului (*mayūra-āsana*) 32
Poștura confortabilă (*sukha-āsana*) 33
Rezulatul succesului în poștură (*āsana*) 33
Cap. IV. 35
Dimensiunile trupului (*deha-pramāṇa*) 35
Enumerarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) 37
Propria natură și locul lui Kuṇḍalī 39
Lăcașurile traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) 41
Curgerea suflurilor prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*) 44
Acțiunile suflurilor (*vāyu*) 46
Zeitățile traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) 47
Tranzitul Lunii și a Soarelui prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*) 48
Tranzitul solar anual al suflului (*prāṇa*) prin traseele psiho-energetice (*nāḍī*) 49
Locurile interioare de pelerinaj (*tīrtha*) 53
Vizualizarea lui Śiva în propriul sine 58
Devenind *bráhman* vizualizându-l 59
Cap. V. 63
Purificarea traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) 63
Simptomele purificării traseelor psiho-energetice (*nāḍī*) 67
Puritatea propriului sine (*ātman*) 68
Cap. VI. 70
Caracteristicile controlului suflurilor (*prāṇāyāma*) 70
Descrierea inspirării (*pūraka*) etc. 74
Rezultatele controlului suflurilor (*prāṇāyāma*) 75
Diferite tipuri de control al suflurilor (*prāṇāyāma*) care îndepărtează bolile 76
Cucerirea suflurilor (*vāyu*) prin practica *ṣaṇmukhī-mudrā* etc. 79
Semnele cuceririi suflurilor (*vāyu*) 84
Apariția cunoașterii prin cucerirea suflurilor, precedată de detașare și de distrugerea bolilor și a păcatelor 85
Cap. VII. 91
Caracteristicile și diversele tipuri de retragere (*pratyāhāra*) 91
Rezultatele retragerii (*pratyāhāra*) 94
Retragerea (*pratyāhāra*) caracterizată prin retenția suflului 94
Retragerea (*pratyāhāra*) acceptată în Vedānta 96
Cap. VIII. 98
Concentrarea (*dhāraṇā*) asupra celor cinci elemente 98
Concentrarea (*dhāraṇā*) în sine (*ātman*) 100
Cap. IX. 105

Meditația asupra lui *bráhman* cu caracteristici (*savišeṣa*) 105
Meditația asupra lui *bráhman* fără de caracteristici (*nirviśeṣa*) 114
Rezultatele meditației (*dhyāna*) 119
Cap. x. 121
Natura contemplării (*samādhi*) 121
Ceea ce rămâne este doar *bráhman* 124
Concluzie 138

Bibliografie

1920. *Darśana-upaniṣad* în *Yoga Upaniṣads*. „The Adyar Library Series" vol. VI. Madras: The Adyar Library and Research Centre, pp. 152-185;

1932. *Darśana-upaniṣad* în *One hundred & eight upanishads*. Ed. Wâsudev Laxmaṇ Shâstrî Paṇśîkar. IV^th ed. Bombay: Nirnaya-Sagar Press, pp. 497-506.

1924. *Sūtasaṁhitā - Śrī-Mādhavācārya-praṇīta-Tātparya-dīpikā-vyākhyā-sametā*. Ānandāśrama.

1932 (1916). *Sūta-saṁhitā with Tātparya-dīpikā*. Madras: The Sri Balamanorama Press, pp. 209-252.

1948. *Darśana-upaniṣad* în *Īśādiviṁśottaraśatopaniṣadaḥ – A Compilation of well-known 120 Upanisads*. Ed. Nārāyaṇa Rāma Ācārya. Muṁbaī: Nirṇayasāgara Mudraṇālayam, pp. 572-582.

1974. *Darśana-upaniṣad* în *Śrīdattātreyajñānakośa*. Ed. Dr Pralhad Narhar Jośī. Muṁbaī: Surekhā Prakāśana Graṁtha Prakāśaka, pp. 403-412.

1996. *Darśana-upaniṣad* în *108 Upaniṣad*. Barelī: Saṁskṛti saṁsthāna, pp. - .